



BAB 111

BAB III

PEMAKANAN MENURUT AL-QUR'AN

3.1 PENDAHULUAN

Memang tidak boleh dinafikan lagi, bahawa al-Qur'an diturunkan untuk mengembangkan tiga fungsi iaitu sebagai *Hudā* (petunjuk bagi manusia), sebagai *Bayyinah* (penjelasan kepada petunjuk itu), dan sebagai *Furqān* (pembeza antara haq dan batil). Ketiga-tiga fungsi ini, sangat relevan untuk menyelesaikan pelbagai permasalahan masyarakat yang dipengaruhi oleh gaya hidup global masa kini.

Oleh itu, bagi mendalami aspek pemakanan menurut al-Qur'an, penulis telah memulakan ia dengan ayat-ayat mengenai pemakanan di dalam al-Qur'an, panduan al-Qur'an berhubung dengan pemilihan makanan dan kaedah penyembelihan haiwan. Selanjutnya bab ini juga akan menyingkap keistimewaan sebahagian makanan menurut al-Qur'an dan keburukan makanan dan minuman yang diharamkan oleh Allah. Manakala hikmah dan kesan-kesan pemakanan terhadap aqidah, ibadat serta akhlak bagi individu muslim dipaparkan pada penghujung bab tiga ini.

3.2 AYAT- AYAT MENGENAI PEMAKANAN DI DALAM AL-QUR'AN

Penulis telah melakukan penelitian dan pemilihan pada ayat-ayat al-Qur'an yang membicarakan aspek ini. Berikut adalah intipati pemahaman dari ayat-ayat tersebut :

3.2.1 Makanan Adalah Ciptaan Allah s.w.t

Ini berdasarkan kepada dua firman Allah s.w.t:

قُلْ مَنْ يَرْزُقُكُمْ مِنَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ قُلِ اللَّهُ وَإِنَّا أَوْ إِيَّاكُمْ لَعَلَى هُدًى أَوْ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ (٢٤)

Surah *Sabā'* (34) :24.

Maksudnya : “Katakanlah: “Siapakah yang memberi rezeki kepadamu dari langit dan dari bumi?” Katakanlah: “Allah”, dan sesungguhnya Kami atau kamu (musyrikin), pasti berada dalam kebenaran atau dalam kesesatan yang nyata.”

Terjemahan Surah *Sabā'* (34) :24.

يُنْبِتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (١١)

Surah *al-Nahl* (16) : 11.

Maksudnya : “ Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, kurma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang berfikir.”

Terjemahan Surah *al-Nahl* (16) : 11.

Melalui kedua-dua ayat ini, Allah menyatakan bahawa makanan adalah suatu kurniaan bagi makhlukNya. Ia bukan ciptaan manusia, bahkan ia adalah hasil ciptaan Allah s.w.t. Sehubungan dengan itu, seluruh manusia mengiktiraf bahawa Allah adalah pemberi rezeki iaitu yang menurunkan air hujan dari langit, lalu dengannya tumbuhlah pelbagai tanaman-tanaman yang lain.¹

¹ Wahbah al-Zuhayli (1991), *al-Tafsir al-Mumir fi al-'Aqidah wa al-Syari'ah wa al-Manhaj*, j. 14. Beirut : Dār al-Fikr al-Mu'asir, h. 102 dan j. 22, h. 180.

3.2.2 Makanan Dicipta Dalam Pelbagai Jenis, Bentuk, Bau Dan Rasa

Secara jelas, seperti firman Allah s.w.t dalam dua ayat di bawah :

وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا
أُكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ... (١٤١)

Surah *al-An'ām* (6) : 141.

Maksudnya: “Dan Dialah yang menjadikan kebun-kebun yang berjunjung dan yang tidak berjunjung, pohon kurma, tanam-tanaman yang bermacam-macam buahnya, zaitun dan delima yang serupa (bentuk dan warnanya), dan tidak sama (rasanya)...”

Terjemahan Surah *al-An'ām* (6) : 141.

وَفِي الْأَرْضِ قِطْعٌ مُتَجَاوِرَاتٍ وَجَنَّاتٍ مِّنْ أَعْنَابٍ وَزَّرْعٌ وَنَحِيلٌ صِنُونٌ وَغَيْرُ
صِنُونٍ يُسْقَى بِمَاءٍ وَاحِدٍ وَنُفْضِلُ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ فِي الْأَكْلِ... (٤)

Surah *al-Ra'd* (13) : 4.

Maksudnya: “Dan di bumi ini terdapat bahagian-bahagian yang berdampingan, dan kebun-kebun anggur, tanaman-tanaman dan pohon kurma yang bercabang dan yang tidak bercabang, disirami dengan air yang sama. Kami melebihkan sebahagian tanam-tanaman itu atas sebahagian yang lain tentang rasanya.”

Terjemahan Surah *al-Ra'd* (13) : 4.

Menerusi ayat ini pula, Allah s.w.t berkuasa menjadikan makanan kepada makhluknya dalam pelbagai jenis, rupa, bentuk, warna, bau dan rasa. Kepelbagaian ini menunjukkan kelebihan setengah makanan dengan yang lain berdasarkan khasiat dan keistimewaannya.²

² 'Imād al-Dīn, Abū al-Fidā', Ismā'il b. Kathīr al-Qurṣiyī al-Dimasyqī (1983), *Tafsīr al-Qur'ān al-Azīm*, j. 2, t.c. Beirut : Dār al-Ma'rifah, h. 181 dan j. 3, h. 500. Rujuk juga Muḥammad b. 'Alī b. Muḥammad al-Syawkānī (1990), *Faṭḥ al-Qadīr*, j. 3. Beirut : Dār al-Ma'rifah, h. 82.

Justeru, al-Qur'an telah memberi tip yang amat berguna iaitu berhubung dengan pemakanan seimbang. Dalam ilmu sains pemakanan, pemakanan seimbang adalah makanan yang mengandungi kandungan nutrien yang berbeza-beza. Setiap nutrien ini berfungsi untuk menjalankan proses pembesaran, memberi tenaga dan memperbaiki tisu badan manusia. Nutrien-nutrien ini dikenali sebagai karbohidrat, protein, lemak, vitamin, garam mineral, air dan pelawas.

Secara tidak langsung, al-Qur'an sendiri telah menunjukkan kepentingan pemakanan seimbang yang terdiri daripada pelbagai nutrien ini iaitu seperti dalam firman Allah s.w.t yang berikut:

وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ لِتَأْكُلُوا مِنْهُ لَحْمًا طَرِيًّا... (١٤)
Surah *al-Nahl* (16) : 14.

Maksudnya : “Dan Dialah, Allah yang menundukkan lautan (untukmu) agar kamu dapat memakan daripadanya daging yang segar (ikan)...”

Terjemahan Surah *al-Nahl* (16) : 14.

وَلَحْمِ طَيْرٍ مِمَّا يَشْتَهُونَ (٢١)

Surah *al-Wāqī'ah* (56): 21.

Maksudnya : “Dan daging burung dari apa yang mereka inginkan.”

Terjemahan Surah *al-Wāqī'ah* (56): 21.

اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ الْأَنْعَامَ لِتَرْكَبُوا مِنْهَا وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ (٧٩)
Surah *al-Mu'min* (40) : 79.

Maksudnya : “Allahlah yang menjadikan binatang ternak untuk kamu, sebahagiannya untuk kamu kendarai dan sebahagiannya untuk kamu makan.”

Terjemahan Surah *al-Mu'min* (40) : 79.

Ketiga-tiga ayat ini telah menyatakan jenis protein haiwan seperti ayam, ikan dan daging. Sementara bagi tumbuh-tumbuhan yang kebanyakannya mengandungi karbohidrat, vitamin, garam mineral, air dan fiber dijelaskan dalam firman Allah ini:

فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا (٢٧) وَعِنَبًا وَقَضْبًا (٢٨) وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا (٢٩) وَحَدَائِقَ غُلْبًا (٣٠) وَفَاكِهَةً وَأَبًّا (٣١)
Surah 'Abasa (80): 27-32.

Maksudnya : “Lalu Kami tumbuhkan biji-bijian di bumi itu, anggur dan sayur-sayuran, zaitun dan pohon kurma, kebun-kebun (yang) lebat, dan buah-buahan serta rumput-rumput.”

Terjemahan Surah 'Abasa (80): 27-32.

3.2.3 Allah Memerintahkan Manusia Supaya Makan Makanan Yang Baik lagi Halal dan Menjauhi Makanan Yang Keji

Ini berpandukan kepada dua firman Allah s.w.t:

...وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ... (١٥٧)
Surah al-A'raf (7) : 157.

Maksud: “...Dan menghalalkan bagi mereka segala yang baik dan mengharamkan bagi mereka segala yang buruk...”

Terjemahan Surah al-A'raf (7) : 157.

...كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ... (١٦٠)
Surah al-A'raf (7) : 160.

Maksudnya: “... Makanlah yang baik-baik dari apa yang telah Kami rezekikan kepadamu ...”

Terjemahan Surah al-A'raf (7) : 160.

Memandangkan makanan adalah penting kepada manusia, terdapat ayat-ayat al-Qur'an yang menyentuh perkara-perkara haram dan halal di dalamnya. Pada

kebiasaannya perkara halal disebut *al-Tayyibāt* yang bererti baik dan memberi manfaat kepada badan. Manakala perkataan *al-Khabīhāt* pula adalah benda-benda yang buruk, haram dan boleh memudaratkan badan.³ Sebenarnya tidak banyak ayat-ayat al-Qur'an yang menyatakan secara detail makanan yang sepatutnya dimakan, begitu juga sebaliknya. Oleh itu, al-Qur'an hanya menjelaskan ciri-cirinya sahaja untuk membezakan antara yang halal dan haram. Walau bagaimanapun, terdapat ayat-ayat khusus yang menyentuh beberapa makanan yang halal dan haram. Ayat-ayat ini akan dibincangkan secara detail pada topik yang akan datang.

3.2.4 Manusia Hendaklah Mensyukuri Allah Terhadap Rezeki Yang Dimakan

Ini berdasarkan kepada firman Allah s.w.t:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ (١٧٢)

Surah *al-Baqarah* (2) : 172.

Maksudnya: "Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezeki yang baik-baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar-benar hanya kepadaNya kamu menyembah."

Terjemahan Surah *al-Baqarah* (2) : 172.

Di samping menetapkan halal atau haram sesuatu makanan yang diambil , al-Qur'an juga memberi garis panduan dalam etika dan adab pemakanan. Kedua-dua ayat ini menunjukkan bahawa manusia wajib bersyukur kepada Allah s.w.t yang memberi mereka makanan dan minuman dan tidak sekali-kali mencela dan

³ Muhammad al-Rāzī Fakhr al-Dīn b. Diyā' al-Dīn 'Umar (1994), *Mafāth al-Ghayb*, j. 8 , t.c. Beirut : Dār al-Fikr, h. 27. Rujuk juga al-Syawkānī (1990), *op.cit.*, j. 2, h. 318. Ibn Kathīr (1983), *op.cit.* , j. 2 , h. 254.

mengaibkan makanan. Amalan bersyukur ini boleh dilakukan dengan hati, lidah atau perbuatan sebagai tanda seseorang itu hamba yang patuh dan taat kepadaNya.⁴

Lantaran itu, Rasulullah s.a.w telah mengajar umatnya agar membaca doa dan basmalah apabila ingin mengadap hidangan dan berzikir seperti bertasbih, bertahmid, bertakbir dan membaca al-Qur'an selepasnya. Oleh itu, manusia harus bersyukur, memuji dan mensucikan Allah di atas limpahan rahmatNya kepada mereka.

3.2.5 Allah Memerintahkan Manusia Melakukan Amal Soleh Selepas Makan Makanan Yang Baik

Ini dirujuk pada firman Allah s.w.t:

يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحًا إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ (٥١)
Surah *al-Mu'minūn* (23): 51.

Maksudnya: “Wahai Rasul-rasul, makanlah dari makanan yang baik-baik, dan kerjakanlah amal yang soleh. Sesungguhnya Aku Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.”

Terjemahan Surah *al-Mu'minūn* (23): 51.

Ayat ini menunjukkan, untuk melakukan ibadat dan amalan soleh, seseorang perlu memastikan pemakanannya adalah halal lagi baik. Sebelum menjalankan amal ibadat kepada Allah, seseorang hendaklah mensucikan dirinya daripada unsur-unsur maksiat dan haram. Perintah ini menggambarkan bahawa makanan yang baik dan

⁴ Muḥammad Jamāl al-Dīn al-Qāsimī (1994), *Maḥāsīn al-Ta'wīl*, j. 1. Beirut : Dār Iḥyā' al-Turāth al-'Arabī, h. 434. Rujuk juga Fakhr al-Rāzī (1994), *op.cit.* ,j. 3, h. 11.

halal itu akan membantu seseorang dalam melakukan amalan-amalan soleh.⁵ Dengan demikian, penerimaan amalan ini bergantung kepada sumber makanan dan cara pemerolehannya sama ada halal atau haram.

3.2.6 Manusia Hendaklah Mengeluarkan Zakat Dan Sedekah Dari Makanannya

Hukum ini diambil daripada dua firman Allah s.w.t:

...كُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ... (١٤١)
Surah *al-An'ām* (6): 141.

Maksudnya: "...Makanlah dari buahnya (yang bermacam-macam itu) apabila ia berbuah, dan tunaikanlah haknya di hari memetik hasilnya (dengan mengeluarkan zakat)..."

Terjemahan Surah *al-An'ām* (6): 141.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا آتُوا مِمَّا رَزَقْنَاكُمْ مِنْ حَيْثُ رَزَقْنَاكُمْ مِنْ ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَآتُوا حَقَّهُ يَوْمَ حَصَادِهِ... (٢٦٧)
Surah *al-Baqarah* (2) : 267.

Maksudnya: "Wahai orang-orang yang beriman, nafkahkanlah (di jalan Allah) sebahagian dari hasil usahamu yang baik-baik dan sebahagian dari apa yang Kami keluarkan dari bumi untuk kamu..."

Terjemahan Surah *al-Baqarah* (2) : 267.

Selain menikmati makanan dan berasa gembira dengan kekenyangan, seorang muslim juga dituntut agar berkongsi kegembiraan mereka bersama-sama umat Islam

⁵ Abū al-Fadl, Syahāb al-Dīn al-Sayyid Maḥmūd al-Ālūsī al-Baghdādī (1994), *Rūḥ al-Ma'ānī fī Tafsīr al-Qur'ān al-'Aẓīm wa al-Sab' al-Mathānī*, j. 10, t.c. Beirut: Dār al-Fikr, h. 60. Rujuk juga Ibn Kathīr (1983), *op.cit.*, j. 3, h. 246.

yang lain dengan cara mengeluarkan zakat dan sedekah.⁶ Tuntutan zakat ini adalah wajib ke atas seorang muslim dengan syarat-syarat tertentu sebagaimana yang telah dijelaskan oleh para ulamak. Antara kelebihan zakat dan sedekah ini ialah ia dapat membersihkan harta, mendapat rahmat Allah dan menyempurnakan perhambaan kepadaNya.

3.2.7 Tidak Berlebih-lebihan Dalam Urusan Makan Dan Minum

Ini adalah seperti firman Allah s.w.t :

... وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ (٣١)
 Surah *al-A'raf* (7): 31.

Maksudnya: "...Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan."

Terjemahan Surah *al-A'raf* (7): 31.

Ayat ini menegaskan bahawa perbuatan berlebih-lebihan sama ada terlalu boros atau kedekut dalam urusan makan dan minum adalah suatu perkara yang dibenci di sisi Allah. Ini juga termasuk, dalam soal berbelanja dan melampau batas dalam memakan makanan haram.⁷ Oleh itu, umat Islam perlu bersikap sederhana dalam hal ini dan menjadikan sunnah Nabi sebagai pedoman. Justeru, Rasulullah pernah bersabda bahawa mencukupilah bagi umat Islam beberapa suap makanan yang boleh menguatkan tubuh badannya. Janganlah melebihi had dan berhentilah sebelum kenyang. Selain itu, Rasulullah s.a.w sendiri telah mengajar umatnya menjilat jari

⁶ Fakh al-Rāzī (1994), *op.cit.*, j. 7, h. 222. Rujuk juga Ibn Kathīr (1983), *op.cit.*, j. 2, h. 181.

⁷ al-Syawkānī (1990), *op.cit.*, j. 2, h. 215. Rujuk juga Fakh al-Rāzī (1994), *op.cit.*, j. 7, h. 66. Wahbah al-Zuhaylī (1991), *op.cit.*, j. 8, h. 183 - 184 dan Ibn Kathīr (1983), *op.cit.*, j. 2, h. 210.

selepas makan dan mengambil makanan yang terjatuh agar tidak membazir dan mensia-siakan nikmat kurniaan Allah. Ini kerana, terdapat keberkatan dalam makanan tersebut. Menurut Encik Qais, perintah Nabi ini banyak mempunyai hikmahnya iaitu melatih manusia supaya tidak membazir dan sentiasa bersifat tawaduk.⁸

3.3 PANDUAN AL-QUR'AN DALAM PEMILIHAN MAKANAN

Kitab al-Qur'an sering menyeru umat Islam supaya memilih makanan dan minuman yang baik dan selamat. Sebagaimana firman Allah s.w.t :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ (١٧٢)

Surah *al- Baqarah* (2) : 172.

Maksudnya: “Hai orang yang beriman! Makanlah barang-barang baik yang Kami kurniakan kepada kamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika memang hanya kepada Dialah kamu sembah.”

Terjemahan Surah *al- Baqarah* (2) : 172.

Dalam pemilihan makanan, Islam telah menggariskan tiga pokok yang menjadi panduan kepada pemilihan makanan, iaitu:

1. Sama ada kandungan bahan makanan tersebut ditegah atau diizinkan oleh Allah s.w.t.
2. Sama ada bahan makanan tersebut diperolehi melalui cara yang halal atau haram; dan

⁸ Temubual dengan Encik Qais Faryadi bin Sadrudeen, Pengarah al-Mehrab, 21 Mac 2002.

selepas makan dan mengambil makanan yang terjatuh agar tidak membazir dan mensia-siakan nikmat kurniaan Allah. Ini kerana, terdapat keberkatan dalam makanan tersebut. Menurut Encik Qais, perintah Nabi ini banyak mempunyai hikmahnya iaitu melatih manusia supaya tidak membazir dan sentiasa bersifat tawaduk.⁸

3.3 PANDUAN AL-QUR'AN DALAM PEMILIHAN MAKANAN

Kitab al-Qur'an sering menyeru umat Islam supaya memilih makanan dan minuman yang baik dan selamat. Sebagaimana firman Allah s.w.t :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ (١٧٢)

Surah *al- Baqarah* (2) : 172.

Maksudnya: “Hai orang yang beriman! Makanlah barang-barang baik yang Kami kurniakan kepada kamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika memang hanya kepada Dialah kamu sembah.”

Terjemahan Surah *al- Baqarah* (2) : 172.

Dalam pemilihan makanan, Islam telah menggariskan tiga pokok yang menjadi panduan kepada pemilihan makanan, iaitu:

1. Sama ada kandungan bahan makanan tersebut ditegah atau diizinkan oleh Allah s.w.t.
2. Sama ada bahan makanan tersebut diperolehi melalui cara yang halal atau haram; dan

⁸ Temubual dengan Encik Qais Faryadi bin Sadrudeen, Pengarah al-Mehrab, 21 Mac 2002.

3. Sama ada bahan makanan tersebut membawa bahaya atau kemudaratannya kepada kesihatan diri atau tidak.

Dalam menyelusuri kehidupan seharian, masyarakat hari ini mempunyai pelbagai jenis pilihan makanan dan minuman mengikut selera masing-masing yang boleh didapati di merata tempat baik di gerai, restoran, pasaraya mahupun di rumah. Namun apa yang mendukacitakan ialah terdapat segelintir masyarakat Islam menikmati makanan dan minuman tanpa menitikberatkan panduan yang diberi oleh Islam. Tanpa segan dan bimbang mereka mengambil mudah dalam soal halal dan haram. Lalu dengan enaknya mereka menjamu selera yang sememangnya ditegah dan diragui oleh Islam. Apa yang perlu diperhatikan ialah:

1. Semua bahan mentah yang digunakan mestilah halal.
2. Sewajarnya binatang halal seperti kambing, lembu, dan sebagainya disembelih terlebih dahulu mengikut kaedah Islam.
3. Bahan yang halal tidak sepatutnya bercampur ataupun bersentuhan dengan sebarang bahan yang tidak halal semasa proses penyimpanan, penghantaran, memasak, penyediaan hidangan dan sebagainya.

Oleh itu, umat Islam mesti mengenalpasti terlebih dahulu sumber-sumber makanan yang terdapat di pasaraya dan sebagainya. Apa yang jelas, Allah memberi nikmat-nikmat yang terlalu banyak kepada manusia. Antaranya sumber makanan harian boleh didapati daripada sumber yang berasaskan tumbuhan dan haiwan.

3.3.1 Sumber Makanan daripada Tumbuhan

Semua tumbuh-tumbuhan dan hasilnya adalah halal dimakan selagi ia tidak mengandungi racun, memabukkan dan membahayakan kesihatan manusia seperti ganja dan seumpamanya.⁹ Begitu juga sekiranya buah-buahan yang diproses dan boleh memabukkan seperti perahan air anggur hukumnya haram. Penegasan dibolehkan memakan tumbuh-tumbuhan ini ada disebut di dalam al-Qur'an iaitu:

وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ جَنَّاتٍ مَّعْرُوشَاتٍ وَغَيْرَ مَعْرُوشَاتٍ وَالنَّخْلَ وَالزَّرْعَ مُخْتَلِفًا
أُكْلُهُ وَالزَّيْتُونَ وَالرُّمَّانَ مُتَشَابِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ كُلُوا مِن ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَاعْبُثُوا حُقَّةَ
يَوْمَ حَصَادِهِ وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ (١٤١)

Surah al- An'ām (6) : 141.

Maksudnya: “Dan Dialah yang menjadikan kebun-kebun yang menjalar tanamannya dan tidak menjalar, pohon-pohon tamar dan tanam-tanaman yang berlainan (bentuk, rupa dan rasa) buahnya, zaitun, delima yang bersama (warna dan daun) dan tidak bersama (rasa). Makanlah buahnya ketika ia berbuah dan keluarlah haknya pada hari memetikinya (menuai); dan janganlah kamu berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.”

Terjemahan Surah al- An'ām (6) : 141.

3.3.2 Sumber Makanan daripada Haiwan

Sumber makanan daripada haiwan ini boleh dibahagikan kepada dua kategori iaitu haiwan darat dan haiwan air. Pada asalnya setiap haiwan yang hidup di daratan ini

⁹ Zainal Abidin Hj Abd Kadir (1993), “Makanan Halal dan cara Mendapatkan Pengesahan” (Kertas Kerja 2 Seminar Makanan dan Barang Gunaan Orang Islam Peringkat Kebangsaan, h. 6.

adalah halal bagi umat Islam memakannya. Sebagaimana kaedah fiqh iaitu setiap sesuatu itu adalah halal sehinggalah ada dalil yang mengharamkannya.¹⁰

Antara haiwan-haiwan darat yang halal adalah binatang ternakan seperti unta, lembu, kambing dan kerbau. Manakala burung-burung seperti ayam, itik, merbuk, merpati, bangau dan lain-lain lagi juga boleh dimakan. Ada beberapa sifat¹¹ untuk mengenal jenis-jenis burung yang halal dimakan iaitu ia bernafas ketika minum air, berdengung suaranya dan bertanda seperti tali leher di lehernya.

Sementara haiwan yang hidup di dalam air seperti ikan, udang, sotong, kerang, ketam dan sebagainya adalah halal dimakan sama ada ia disembelih atau tidak. Kesemua halal kecuali yang beracun, memabukkan dan membahayakan kesihatan manusia seperti ikan buntal.¹² Firman Allah yang bermaksud :

أَحْلَلْ لَكُمْ صَيْدَ الْبَحْرِ وَطَعَامَهُ مَتَاعًا لَكُمْ وَلِلسَّيَّارَةِ وَحَرَّمَ عَلَيْكُمْ صَيْدَ الْبَرِّ مَا
دُمْتُمْ حُرُمًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ (٩٦)
Surah *al-Mā'idah* (5) : 96.

Maksudnya: “Dihalalkan bagimu haiwan buruan laut dan makanan yang berasal dari laut sebagai makanan yang lazat bagimu, dan bagi orang-orang yang dalam perjalanan; dan diharamkan atasmu (menangkap) binatang buruan darat, selama kamu dalam ihram. Dan bertakwalah kepada Allah yang kepadaNya kamu akan dikumpulkan.”

Terjemahan Surah *al-Mā'idah* (5) : 96.

¹⁰ Ibrahim Ibn Muhammad al-Ahdal (1984), *al-Aqmar al-Mudi'ah - Syarh al-Qawa'id al-Fiqhiyyah*. KL : Fajar Ulung Sdn. Bhd., h. 89.

¹¹ Che Wan Jasimah (2000) , *Konsep Kesihatan Melalui Pemakanan : Pendekatan Islam Dan Sains* . KL : Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd. , h. 24.

¹² Zainal Abidin Hj Abd Kadir (1993), *op.cit.* h. 6.

Selanjutnya penjelasan mengenai makanan haram bersumberkan haiwan, adalah seperti bangkai, daging babi, atau binatang yang disembelih bukan dengan nama Allah sebagaimana yang disebut di dalam al-Qur'an iaitu :

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَالدَّمَ وَلَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ بِهِ لِغَيْرِ اللَّهِ فَمَنْ اضْطُرَّ
غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ (١٧٣)

Surah *al-Baqarah* (2) : 173.

Maksudnya: “Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan bagimu bangkai, darah, daging babi dan binatang yang (ketika disembelih) disebut (nama) selain Allah. Tetapi barangsiapa dalam keadaan terpaksa (memakannya) sedang ia tidak menginginkannya dan tidak (pula) melampaui batas, maka tidak berdosa baginya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”

Terjemahan Surah *al-Baqarah* (2) : 173.

Berhubung dengan tahi, air kencing, uri dan darah, kesemua ini tidak boleh digunakan sama sekali daripada binatang yang halal dan bagi binatang yang haram, pengharamannya meliputi semua bahagian anggota. Walau bagaimanapun, dalam keadaan darurat,¹³ seseorang itu dibolehkan memakan sekadar untuk keperluan bagi menjaga nyawanya dari melayang. Terdapat hukum pengecualian kepada dua jenis bangkai dan darah. Dua jenis bangkai itu ialah ikan dan belalang. Manakala dua jenis darah pula ialah hati dan limpa.¹⁴ Haiwan yang jelas haram kepada umat Islam terdapat beberapa kategori:

1. Haiwan yang tidak disembelih mengikut syarak
2. Anjing, khinzir dan segala yang berasaskan kepada kedua-duanya.

¹³ Wahbah al-Zuhayli (1982), *Naẓariyyah al-Darūrah al-Syar'iyyah Muqārīn ma'a al-Qānūn al-Wad'i*, c. 3. Beirut : Mu'assasah al-Risālah, h. 59.

¹⁴ 'Abd al-Karīm Zaydān (1997), *al-Mufaṣṣal fī Ahkām al-Mar'ah wa Bayt al-Muslim fī Syar'i'ah al-Islāmiyyah*, j. 3, c.3. Beirut : Mu'assasah al-Risālah, h. 46.

3. Haiwan bertaring yang digunakan untuk mencakar dan membunuh iaitu binatang buas seperti harimau, gajah, kucing, kera dan sebagainya.
4. Burung yang mempunyai kuku pencakar atau makan secara menyambar seperti helang.
5. Haiwan-haiwan yang diperintah oleh Islam membunuhnya seperti tikus, kala jengking, ular, lipan dan seumpamanya.
6. Haiwan yang dilarang oleh Islam membunuhnya seperti semut, lebah dan burung belatuk.
7. Haiwan yang dipandang jijik oleh umum seperti kutu, lalat, lipas dan lain-lain.
8. Haiwan yang hidup dua alam (darat dan air) seperti katak, buaya dan penyu.

Oleh itu, renungilah betapa kasih dan sayangnya Allah s.w.t kepada hambaNya dengan kurniaan rezeki yang baik. Jadi, adalah menjadi tanggungjawab kepada umat Islam mengelakkan diri dari makan dan minum bahan-bahan yang sememangnya ditegah.

3.4 KAEDAH PENYEMBELIHAN HAIWAN

Salah satu syarat yang membolehkan seseorang itu memakan haiwan yang halal adalah dengan cara melakukan sembelihan. Sembelihan¹⁵ ialah mematikan nyawa haiwan yang boleh dimiliki, hidup di darat dan halal dimakan dengan memutuskan

¹⁵ *Ibid.*, h. 20.

urat halkum dan marih iaitu dengan menggunakan alat yang tajam berserta niat ¹⁶ kerana Allah. Penggunaan benda-benda tajam itu adalah selain daripada gigi dan kuku,¹⁷ seperti pisau untuk mempercepatkan pengaliran darah.

Sehubungan dengan itu, pensyariatan hukum penyembelihan adalah termaktub pada firman Allah :

فَكُلُوا مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ إِنْ كُنْتُمْ بِآيَاتِهِ مُؤْمِنِينَ (١١٨) وَمَا لَكُمْ أَلَّا تَأْكُلُوا
مِمَّا ذُكِرَ اسْمُ اللَّهِ عَلَيْهِ وَقَدْ فَصَّلَ لَكُمْ مَا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ إِلَّا مَا اضْطُرِرْتُمْ إِلَيْهِ
(١١٩)...

Surah *al-Baqarah* (2) : 118 -119.

Maksudnya: “Maka makanlah binatang-binatang (yang halal) yang disebut nama Allah ketika menyembelinya, jika kamu beriman kepada ayat-ayatNya. Mengapa kamu tidak mahu memakan (binatang-binatang yang halal) yang disebut nama Allah ketika menyembelinya, padahal sesungguhnya Allah telah menjelaskan kepada kamu apa yang diharamkanNya ke atasmu, kecuali apa yang terpaksa kamu memakannya.”

Terjemahan Surah *al-Baqarah* (2) : 118 -119.

Sesungguhnya cara penyembelihan ini akan menghasilkan tindak balas mengelepar, lalu memungkinkan darah keluar semaksimumnya. Sementara saraf tunjang tidak dipotong sewaktu penyembelihan untuk memastikan urat nadi yang menuju ke jantung tidak rosak. Jika urat tersebut rosak, ia akan menyebabkan jantung berhenti daripada berfungsi yang akan menyebabkan darah tersekat di dalam pembuluh darah. Apabila darah tidak dapat keluar, maka ia menjadi wadah yang baik

¹⁶ Yūsuf al-Qaraḍāwī (1980), *al-Ḥalāl wa al-Ḥarām fī al-Islām*, c.14. Kaherah : Maktabah Wahbah, h. 52.

¹⁷ Muḥammad ‘Alī al-Ṣābūnī (1997), *Rawāi’ al-Bayān Tafsīr Ayāt al-Aḥkām min al-Qur’ān*, j. 1. Beirut : Dār Iḥyā’ al-Turāth al-‘Arabī, h. 529.

untuk pertumbuhan bakteria dan mikroorganisma yang lain membiak, lalu daging itu tidak dapat disimpan lebih lama.¹⁸

Sembelihan menghalalkan seekor haiwan itu dimakan oleh orang Islam. Walau bagaimanapun, hanya haiwan yang halal sahaja yang termasuk dalam kategori ini. Bagi haiwan yang memang haram dimakan seperti khinzir, ular dan tikus, hukumnya tetap haram walaupun disembelih. Hukum sembelihan adalah wajib dan haiwan yang mati tanpa disembelih dianggap bangkai, najis dan haram dimakan.

Semasa proses penyembelihan pula, seseorang muslim itu disuruh melakukannya berjauhan daripada pandangan haiwan lain dan begitu juga keadaan selepasnya. Ini bertujuan untuk melatih manusia agar menghormati dan menghargai sesuatu jiwa. Ia tidak boleh dikasari atau dipukul dan sewajarnya diberi layanan yang baik.¹⁹ Kualiti daging sama ada liat atau lembut ditentukan oleh cara penyembelihan ini. Jika haiwan berada dalam keadaan yang tenang ia akan menghasilkan tekstur daging yang lembut. Berhubung dengan perkara ini terdapat hadith daripada *Abi Ya'la Syaddād bin Aws* bahawa Rasulullah s.a.w pernah bersabda.²⁰

¹⁸ Che Wan Jasimah, *op.cit.*, h. 39. Rujuk juga Muhammad Latif (1996), 'Gerak' Penawar dan Pencegah Penyakit, KL: Darul Nu'man, h. 13 - 14.

¹⁹ Che Wan Jasimah, *op.cit.*, h. 37.

²⁰ Muslim b. al-Hajjāj b. Muslim b. Ward Abū Husayn al-Qusyayrī (1995), *Ṣaḥīḥ Muslim*, Syarḥ Imām Nawāwī, j. 13, c. 2. Beirut: Dār al-Ma'rifah, Kitāb al-Sayd wa al-Dhabā'ih, Bāb al-Ihsan bi al-Dhibh, no. hadith 5028, h. 108. Rujuk juga Sulaymān b. al-Asy'ath Abū Dāwūd al-Sajastānī al-Azdī (1973), *Sunan Abi Dāwūd*, j. 3. Hims: Dār al-Ḥadīth, Kitāb al-Adāhā, Bāb fī al-Nahy an Tasbīr al-Bahā'im wa al-Rifq bi al-Dhabihah, no. hadith 2815, h. 344. Abū 'Isā Muhammad b. 'Isā b. Sūrah al-Tirmidhī (1994), *Sunan al-Tirmidhī*, j. 3, t.c. Beirut: Dār al-Fikr, Kitāb al-Diyāt, Bāb Mā Jā fī al-Nahy 'an al-Muthlah, no. hadith 1414, h. 105. Aḥmad b. Syu'ayb al-Nasā'ī (1994), *Sunan al-Nasā'ī*, Syarḥ li-Suyūṭī, j. 7, c. 3. Beirut: Dār al-Ma'rifah, Kitāb al-Dhabā'ih, Bāb al-Amr bi al-Iḥdād al-Syafrah, no. hadith 4417, h. 260. Muḥammad b. Yazīd Ibn Mājah al-Qazwīnī (1996), *Sunan Ibn Mājah*, Syarḥ Imām Abī al-Ḥasan al-Ḥanafī al-Sindī, j. 3. Beirut: Dār al-Ma'rifah, Kitāb al-Dhabā'ih, Bāb idhā Dhabihūm fahsinū al-Dhibh, no. hadith 3170, h. 533.

عَنْ شَدَّادِ بْنِ أَوْسٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ كَتَبَ الْإِحْسَانَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ فَإِذَا قَتَلْتُمْ فَأَحْسِنُوا الْقِتْلَةَ وَإِذَا ذَبَحْتُمْ فَأَحْسِنُوا الذَّبْحَ وَلْيُحِدَّ أَحَدُكُمْ شَفْرَتَهُ وَلْيُرِحْ ذَبِيحَتَهُ.

Maksudnya: “ Sesungguhnya Allah telah mewajibkan ihsan atas tiap-tiap sesuatu. Apabila kamu membunuh, maka elokkanlah penyembelihan. Dan hendaklah seorang kamu menajamkan mata pisaunya dan hendaklah ia melapangkan binatang sembelihannya.”

Cara penyembelihan Islam mungkin dianggap tidak berperikemanusiaan oleh sesetengah pihak. Haiwan yang disembelih dikatakan mengalami kesakitan yang amat sangat, berbanding kaedah *captive bolt stunning* yang digunakan oleh orang Barat. Walau bagaimanapun, kajian ²¹ yang telah dilakukan oleh *Profesor Schulz* dan rakan sekerjanya *Dr. Hazim* dari Universiti *Hanover*, Jerman menunjukkan hasil yang mengejutkan. Mereka telah menggunakan *Electroencephalograph* ²² (EEG) dan *Electrocardiogram* ²³ (ECG), dan mengikuti prosedur-prosedur berikut :

1. Memilih beberapa haiwan dan melalui pembedahan, mengimplan beberapa elektrod pada beberapa point di permukaan tengkorak setiap haiwan. Elektrod-elektrod tersebut pula menyentuh permukaan otak.
2. Haiwan-haiwan itu dibiarkan sembuh untuk beberapa minggu. Kemudian,
3. Beberapa ekor dipilih untuk disembelih mengikut kaedah halal yang diperintahkan agama Islam; memotong urat halkum dan marih dengan menggunakan pisau tajam.

²¹ Noorzila Jamaluddin (2001), “ Perbandingan Sembelihan Islam dengan Barat”, Majalah al-Islam, Bil. 329, Mei 2001, h. 60. Petikan dari rencana yang disiarkan di *al-Sayf al-Sārim*, Jun 2000, tulisan Shaheen Khan, Amerika Syarikat.

²² Suatu kaedah merekod aliran di dalam otak melalui elektrod yang diletakkan di kulit kepala, permukaan otak, atau antara bahagian-bahagian otak.

²³ Pengrekodan aktiviti elektrik jantung. Ia mengesan dan merekodkan potensi elektrik jantung semasa saiznya mengecil di sebabkan otot-ototnya mengecut.

4. Beberapa ekor lagi dipilih untuk dibunuh melalui kaedah Barat , iaitu *stunning* ²⁴ dengan menggunakan *captive bolt pistol*.
5. Semasa penyembelihan dan *stunning* dibuat, alat-alat EEG dan ECG memantau, juga merekodkan kondisi otak serta jantung setiap haiwan.

Hasil dari kaedah Barat yang menggunakan *stunning* dan *captive bolt pistol*, binatang-binatang yang dimatikan melalui kaedah ini menunjukkan kelakuan berikut:

1. Haiwan-haiwan tersebut tidak sedarkan diri selepas *stunning*.
2. EEG menunjukkan kesakitan yang amat sangat sejeurus selepas *stunning*.
3. Jantung haiwan-haiwan berkenaan berhenti lebih cepat daripada binatang-binatang yang disembelih. Ini menyebabkan darah berkumpul di dalam daging pada tahap maksimum. Akhirnya daging daripada haiwan yang dibunuh mengikut kaedah ini tidak sihat dimakan oleh pengguna.

Manakala hasil daripada kaedah Islam iaitu sembelihan mengikut cara Islam pula menunjukkan kelakuan berikut :

1. Graf EEG tidak menunjukkan sebarang perubahan sebelum penyembelihan, dan tiga saat pertama selepas haiwan berkenaan tidak merasa sebarang kesakitan semasa atau sejeurus selepas disembelih.
2. Tiga saat berikutnya, EEG merekodkan haiwan tersebut langsung tidak sedar. Ini disebabkan kuantiti darah yang mengalir keluar dengan laju.

²⁴ Iaitu *Captive Bolt Stunning* ialah satu kaedah mematikan binatang secara serta merta melalui 'tembakan' yang menebusi otak dengan impak yang kuat. Kaedah ini menggunakan 'peluru' (*cartridge fired captive bolt gun*) atau tembakan angin bertekanan tinggi (*pneumatic captive bolt gun*).

3. Dari saat ketujuh, walaupun jantung masih berdenyut, dan tubuh haiwan menggelupur dengan kuat, tetapi EEG merekodkan tahap sifar. Ini bermakna haiwan tidak merasa sebarang kesakitan. Semua pergerakan adalah disebabkan tindakan *refleks korda spina*, yang mengakibatkan darah keluar secara maksimum. Akhirnya daging haiwan sembelihan lebih sihat untuk pengguna. Sila rujuk lampiran B

3.5 KEISTIMEWAAN SEBAHAGIAN MAKANAN MENURUT AL-QUR'AN

Dalam membicarakan keistimewaan makanan-makanan tertentu yang disebut secara lansung di dalam al-Qur'an, penulis telah memilih lapan makanan iaitu:

3.5.1 Madu

Islam memuliakan madu dan mengakui bahawa ia adalah makanan kesihatan dan ubat sejak zaman dahulu lagi. Nabi Ya'qub a.s. bermusafir ke Mesir bersama-sama anaknya bagi kali kedua telah dinasihati supaya membawa madu kepada Firaun sebagai hadiah daripada kaum Israel.²⁵ Raja-raja Firaun pada Mesir lama menamakannya sebagai 'Minuman Tuhan' kerana ia berupaya merawat pelbagai penyakit, mempunyai rasa yang manis dan bau yang wangi. Selain ia bernilai dan

²⁵ Šabri al-Qabbānī (1971), *al-Ghiza' la al-Dawa'*, c. 5. Beirut : Dār al-'Ilm li -Malāyīn, h. 427. Rujuk juga Ahmad Fauzi Hj. Murad dan Ahmad Tarmizi Talib (1997), *Tamaddun Islam* , Selangor: UPM Serdang, h. 63. Mat Rofa b. Ismail (1992), "Islam dan Perubatan : Satu Perbincangan Umum", *Majalah Pengasuh*, Bil. 522, September 1992, h. 58.

berguna, masyarakat zaman dahulu menggunakan madu untuk mengawet mayat berabad-abad lamanya, daging selama tiga bulan dan buah-buahan untuk enam bulan.²⁶

Al-Zujāj mengatakan bahawa lebah dinamakan *Nahl* (kurniaan) kerana Allah mengurniakan madu yang dikeluarkan dari badan serangga itu.²⁷ Lebah madu termasuk di dalam *famili Apidea* yang mempunyai kira-kira 12,000 jenis di seluruh dunia.²⁸ Struktur badan lebah adalah sama dengan struktur badan serangga yang terdiri daripada kepala, toraks dan abdomen.²⁹ Allah telah mengukuhkan bahawa madu lebah adalah penawar bagi penyakit manusia ³⁰ seperti firmanNya yang bermaksud :

وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ (٦٨) ثُمَّ كُلِّي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكَ ذُلًّا يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ
(٦٩)

Surah *al-Nahl* (16): 68-69.

Maksudnya: “Dan Tuhanmu mewahyukan kepada lebah: "Buatlah sarang-sarang di bukit-bukit, di pohon-pohon kayu, dan di tempat-tempat yang dibuat oleh manusia. Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhilah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu keluar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat

²⁶ Kamāl al-Dīn Muḥammad b. Mūsā al-Dāmī (1348 H), *Ḥayāt al-Ḥayawān al-Kubrā*, j. 2, c. 3. Tehran : Matba'ah Aramān, h. 348.

²⁷ Ahmad Sonhadji Mohammed (1990), *Tafsir al-Qur'an*, j. 14. KL : Pustaka Mizan, h. 156.

²⁸ Mokhtar Petah (1995), *Rahsia dari al-Qur'an Haiwan, Serangga dan Manusia*. Selangor : Cita Khidmat (M) Sdn. Bhd., h. 103.

²⁹ Ted Hooper (1976), *Guide to Bees and Honey*. Dorset : Blanford Press, LTD., h. 12.

³⁰ Wahbah al-Zuhaylī (1991), *op.cit.*, j. 14, h. 172. Rujuk juga Ibn Kathīr (1983), *op.cit.*, j. 2, h. 575. Abū 'Abd Allāh Muḥammad b. Aḥmad al-Anṣārī al-Qurtubī (1993), *al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'ān*, j. 3, t.c. Beirut : Dār al-Kutub, h. 90. Muḥammad Jamīl al-Jabbāl & Wamayd Ramzī al-'Umārī (1997), *al-Tibh fī al-Qur'an*. Beirut : Dār al-Nafā'is, h. 39.

ubat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang berfikir.”

Terjemahan Surah *al-Nahl* (16): 68-69.

Sementara hadits daripada *Abū Sa'īd al-Khudrī* pula menunjukkan madu telah digunakan untuk merawat penyakit sebagaimana Rasulullah s.a.w bersabda: ³¹

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ قَالَ جَاءَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَقَالَ
إِنَّ أَحْيِي اسْتَطْلَقَ بَطْنُهُ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ اسْقِهِ عَسَلًا
فَسَقَاهُ ثُمَّ جَاءَهُ فَقَالَ إِنِّي سَقَيْتُهُ عَسَلًا فَلَمْ يَزِدْهُ إِلَّا اسْتَطْلَاقًا فَقَالَ لَهُ ثَلَاثَ
مَرَّاتٍ ثُمَّ جَاءَ الرَّابِعَةَ فَقَالَ اسْقِهِ عَسَلًا فَقَالَ لَقَدْ سَقَيْتُهُ فَلَمْ يَزِدْهُ إِلَّا اسْتَطْلَاقًا
فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ صَدَقَ اللَّهُ وَكَذَبَ بَطْنُ أَحِيكَ فَسَقَاهُ
فَبُرَّأَ

Maksudnya: “Telah datang seorang lelaki kepada Rasulullah s.a.w lalu berkata: Saudaraku terasa mual-mual perutnya. Rasulullah s.a.w bersabda: Berilah beliau minum madu! Setelah lelaki itu memberikan madu kepada saudaranya, beliau datang lagi kepada Nabi s.a.w dan menyatakan: Aku telah memberinya minum madu, tetapi perut beliau bertambah memulas. Kejadian itu berulang sehingga tiga kali. Pada kali yang keempat, Rasulullah s.a.w bersabda: Berilah beliau minum madu! Lelaki tersebut masih lagi menyatakan: Aku benar-benar telah memberinya minum madu, tetapi perut beliau bertambah memulas. Maka Rasulullah s.a.w bersabda: Maha benar Allah, dan perut saudaramu itu yang berdusta. Akhirnya Rasulullah s.a.w sendiri yang memberikan minum madu dan sembuhlah saudara lelaki itu”

Koloni lebah terdiri dari tiga kasta iaitu ratu lebah, lebah pekerja dan lebah jantan yang mempunyai tugas masing-masing. Ratu lebah mempunyai kanta mata

³¹ Muslim (1995), *op.cit.*, j. 14, Kitāb al- Salām, Bāb fī Idkhāl al-Tamr wa Nahwih min al-Aqwāt li - 'Ilāl, no. hadith 5731, h. 424. Rujuk juga al-Tirmidhī (1994), *op.cit.*, j. 4, Kitāb al-Tibb, Bāb Mā Jā' fī al- Tadāwī bi al-'Asal, no. hadith 1414, h. 105. Ahmad b. 'Alī b. Hajar al-'Asqalānī (2000), *Fath al-Bārī Syarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, j. 10, c. 3. Riyad : Maktabah Dār al-Salām, h. 173.

sebanyak 4900 biji ³², sayap yang agak pendek dan bulu merah di kepala. Ia dianggap sebagai mesin pengeluar telur ³³ apabila persenyawaan berlaku di angkasa yang tinggi. Lebah pekerja mewakili 2/3 daripada bilangan lebah. Ia mempunyai 6300 ³⁴ kanta mata dan berbadan kecil. Tugasnya adalah mengumpul nektar, manisan, membela anak dan menjaga sarang dari musuh. Lebah jantan pula adalah golongan yang sedikit dalam koloni. Saiz badannya lebih besar dari lebah pekerja dan mempunyai kanta mata sebanyak 13090 biji. Fungsinya sebagai penyambung zuriat ³⁵ dan tidak mengeluarkan madu. Sila rujuk lampiran C.

Perilaku kehidupan komuniti lebah amat mengagumkan untuk dijadikan iktibar. Sarangnya dibina dengan senibina yang amat tinggi mutunya; segienam sama yang membentuk permukaan sarangnya. Ia mempunyai ruang-ruang bilik iaitu bahagian bawah adalah tempat tinggal dan bahagian atas untuk menyimpan madu. Pengawal-pengawal setia mengawal sarang dari dicerobohi. Pekerja-pekerja lebah giat mencari debunga pepohon sehingga berbatu-batu dan pulang tepat ke sarang melalui inderanya yang amat tajam. Ia berpandu kepada matahari untuk menentukan arahnya. Sarang lebah pula menyediakan tempat yang amat bersih dan bebas kuman. Dikatakan bahawa kebersihannya mengalahkan dewan pembedahan.³⁶ Sesungguhnya, ini merupakan manisfestasi keagungan Ilahi untuk umat manusia.

³² Sa'īd Ḥawwā (1993), *al-Asās fī al-Tafsīr*, j. 6, c. 4. Azhar : Dār al-Salām, h. 2969.

³³ Syaykh Ṭanṭāwī Jawharī (1931), *al-Jawāhir fī Tafsīr al-Qur'ān al- 'Azīm*, j. 7, c. 2. Misr : Matba'ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī, h. 153.

³⁴ Sa'īd Ḥawwā (1993), *op.cit.* , h. 2969.

³⁵ 'Abd al-Ḥamid Maḥmūd Tihāz (1994), *al-Tawḥīd wa al-Syukr fī Sūrah al-Naḥl*. Dimasyq : Dār al-Qalam, h. 70.

³⁶ Mat Rofa b. Ismail (1992), *op.cit.* , h. 58.

Madu terhasil daripada pati-pati bunga yang dihisap oleh lebah yang dikumpulkan di dalam satu pundi-pundi dalam perutnya dan bercampur dengan sejenis cecair lalu berubah menjadi madu. Kemudian madu itu dikeluarkan melalui mulutnya dengan memuntahkannya. Lalu ia disimpan di dalam petak-petak sarang yang dibuat daripada lilin.³⁷

Madu yang berkualiti dapat dikenal pasti melalui warnanya yang terang, baunya harum, bersih dari kekotoran, kadar kandungan airnya yang sedikit³⁸ dan cara pemungutannya iaitu madu yang dipungut daripada hidupan liar, adalah lebih baik daripada madu yang diperolehi melalui pemeliharaan. Sementara madu yang dipungut pada musim bunga lebih baik daripada musim-musim lain.³⁹

*Ibn Jurayh*⁴⁰ berkata bahawa *al-Dhuhri*⁴¹ pernah menyatakan bahawa madu adalah baik untuk hafalan. Sementara *Sa'id Hawwā* dan *Dr. Šabri al-Qabbānī*⁴¹ telah membincangkan dengan panjang lebar mengenai khasiat madu dalam merawat pelbagai penyakit. Antara penyakit itu ialah berhubung dengan alat pernafasan, penyakit paru-paru, penyakit jantung, perut, usus, hati, sistem saraf, penyakit kulit, penyakit mata, penyakit kencing manis, sukar tidur, sakit puan dan lain-lain lagi.

³⁷ Ahmad Sonhadji Mohammed (1990), *op.cit.*, h. 160.

³⁸ F.G Wina'no (1982), *Madu*, Indonesia : Ghalia, h. 26-27.

³⁹ Jalalu'd-Din Abd'ur-Rahman As-Suyuti (1999), *As-Suyuti's Medicine of The Prophet*, Ahmad Thomsom (ed.), c. 3. London: Ta-Ha Publishers Ltd., h. 80.

⁴⁰ Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1982), *al-Ṭibb al-Nabawī*, 'Abd al-Mu'ī Amin Qal'aji (tahqiq), c. 2. Kaherah : Dār al-Turāth, h. 388.

⁴¹ Sa'id Hawwā (1993), *op.cit.*, h. 2974-2982. Rujuk juga Šabri al-Qabbānī (1971), *op.cit.*, h. 430. Habsyi Fath Allāh al-Ḥafnādī (t.t.), *al-Qur'ān Dawā' wa 'Ilāj wa Siyā'*, t.c. Iskandariyah : al-Maktab al-Jāmi' al-Ḥadīth, h. 56- 59 dan 'Abd Allāh 'Abd al-Razzāq Mas'ūd al- Sa'id (1985), *al- 'Asal*. T.T.P., Dār al-Diyā' li -Nasyr wa al-Tawzī', h. 63.

Maka benarlah hadits Rasulullah iaitu daripada *Abū Hurayrah* : ⁴²

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ لَعِقَ الْعَسَلَ ثَلَاثَ
غَدَوَاتٍ كُلِّ شَهْرٍ لَمْ يُصِبْهُ عَظِيمٌ مِنَ الْبَلَاءِ

Maksudnya: “Sesiapa yang meminum madu pada tiga waktu makan setiap bulan, dia tidak akan ditimpa bala (penyakit merbahaya).”

Dr. W.G Sackett seorang penyelidik antibakteria di Universiti Colarado di Amerika telah membuat satu eksperimen terhadap madu. Beliau telah meletakkan beberapa jenis kuman penyakit ke dalam madu lebah. Hasilnya beliau mendapati kuman-kuman tersebut telah mati beberapa jam kemudian. ⁴³ Setengah pendapat pula menyatakan bakteria tidak boleh hidup di dalamnya disebabkan oleh kuasa madu yang boleh menyerap kelembapan. ⁴⁴ Ini kerana ia bersifat panas dan kering.

Manakala warnanya yang pelbagai itu mempunyai fungsi-fungsi tertentu dalam tubuh badan seseorang mengikut hukum fizik melalui eksperimen-eksperimen sains moden. Prof. *N. Erich* yang berkhidmat di Institut Kajian Vitamin di Moscow ⁴⁵ menyatakan bahawa madu mengandungi vitamin-vitamin A, B₁, B₂, B₃, B₄, B₅, B₆, C, E dan K di samping garam galian yang terdiri daripada kalsium, sodium, potassium, magnesium, aluminium, tembaga, nikel, timah, titan, zink dan timah sari dan lain-lain lagi.

⁴² Ibn Mājah (1996), *op.cit.*, j. 4, Kitāb al- Aṭ'imah, Bāb al-'Asal, no. hadith 3450, h. 94. Bersendirian Ibn Mājah dalam hal ini.

⁴³ *Ibid.*, h.181. Rujuk juga Ṣādiq 'Abd al-Ridā, *al-Qur'ān wa al-Ṭibb al-Ḥadīth*, dikutip oleh Ḥasan Yāsīn 'Abd al-Qadīr (1997), *al-Ḥijāz al-Ṭibb fī al-Kitāb wa al-Sunnah*. Kaherah : Maktabah Wahbah, h. 30.

⁴⁴ 'Abd al-Laṭīf Asyraf' (t.t), *Mustasyfā 'Asal al- Naḥl al- Tadāwī bi 'Asal al- Naḥl*, t.c. Kaherah : Maktabah al-Qur'ān, h. 13.

⁴⁵ Muḥammad Nazār al-Duqūr (1981), *al- 'Asal fīh Ṣyifā' li -Nās*, c. 3. Beirut : al-Maktab al-Islāmī, h. 53-55.

3.5.2 Susu

Susu adalah makanan yang paling awal diminum oleh manusia bermula di waktu kelahirannya dan ia berterusan sehinggalah dia dewasa. Di dalam al-Qur'an Allah s.w.t telah berfirman:

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُنِيمَ الرِّضَاعَةَ .. (٢٣٣)
Surah al-Baqarah (2): 233.

Maksudnya: “Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan...”

Terjemahan Surah al-Baqarah (2): 233.

Seterusnya, binatang ternakan seperti unta, lembu, kambing dan biri-biri juga turut membekalkan susu kepada manusia. Apa yang menakjubkan, Allah mencipta susu yang bersih di antara tahi dan darah. Sesungguhnya ia benar-benar menunjukkan kebesaran dan kekuasaan Allah terhadap manusia.⁴⁶ Seperti firman Allah s.w.t :

وَأَنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً تَسْقِيكُمْ مِمَّا فِي بُطُونِهِ مِنْ بَيْنِ فَرْثٍ وَدَمٍ لَبْنَا خَالِصًا سَائِعًا لِلشَّارِبِينَ (٦٦)
Surah al-Nahl (16): 66.

Maksudnya: “Dan sesungguhnya pada binatang ternakan itu benar-benar terdapat pengajaran bagi kamu. Kami memberimu minum daripada apa yang berada dalam perutnya (berupa) susu yang bersih antara tahi dan darah, yang mudah ditelan bagi orang-orang yang meminumnya.”

Terjemahan Surah al-Nahl (16): 66.

⁴⁶ Wahbah al-Zuhayli (1991), *op.cit.* , j. 14, h. 174.

Susu dianggap sebagai makanan yang penting bagi manusia bahkan ia adalah makanan yang menghampiri kesempurnaan kerana mengandungi unsur-unsur yang diperlukan oleh badan iaitu lemak, karbohidrat, protein, garam mineral dan vitamin. Melainkan ia kurang vitamin C dan zat besi yang lazimnya diperlukan untuk membentuk hemoglobin dalam darah. Khasiat susu ⁴⁷ sering dikaitkan dengan kekuatan lelaki iaitu ia dapat membanyakkan air mani. Malah susu juga adalah makanan yang ideal untuk pelajar dan ahli fikir kerana ia mampu memberansangkan otak, mencergas dan menguatkan badan.

Kebanyakan susu yang berada di pasaran terdiri daripada susu lembu dan diikuti dengan susu kambing. Susu daripada lembu mempunyai permintaan yang ramai kerana kelazatan dan kandungan nutrisi pemakanannya yang tinggi. Susu lembu menduduki tempat kedua selepas susu ibu. Bagi ibu-ibu adalah amat penting memastikan anak mereka diberi susu badan kerana keistimewaannya. Selain memberi kepuasan, murah, jimat, fleksibel dan mudah⁴⁸, susu ibu lebih baik dari susu formula kerana ia mengandungi semua nutrien yang diperlukan oleh bayi. Malah ia sesuai untuk bayi walau seorang ibu itu mengandung, datang haid, sakit atau kurang nutrisi. Susu ibu lebih baik daripada susu formula kerana:

1. Protein dalam susu ibu senang dihadam dan sentiasa mencukupi serta digunakan secepatnya bagi pertumbuhan bayi, tidak terlebih atau terkurang.⁴⁹

Berbanding susu formula yang mengandungi banyak protein kasein iaitu

⁴⁷ Sabri al-Qabbānī (1971), *op.cit.*, h. 439.

⁴⁸ P.B Jelliffe & E.F.P.Jelliffe (1971), "The Uniqueness of Human Milk", *l.c.* The American Journal of Clinical Nutrition, vol. 24, August 1971, h. 992.

⁴⁹ Suriati Ghazali (1998), *Menyusukan Bayi : Mengatasi Halangan Mental dan Sosial*. KL : Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd., h. 15.

campuran asid amino yang tidak sesuai untuk dirembeskan oleh ginjal bayi dan ia susah dihadam kerana tidak mengandungi enzim lipase yang diperlukan untuk mencernakan lemak. Keadaan ini mengakibatkan bayi lambat menjadi lapar semula. Biasanya najis bayi akan menjadi pekat dan keras lalu menyebabkan sembelit.⁵⁰

2. Lemak dalam susu ibu hanyalah asid lemak tidak tepu. Dari itu bayi boleh menyerap lebih 90% daripada lemak yang diambil untuk membesar, berbanding dengan 70% lemak daripada susu formula yang banyak mengandungi asid lemak tepu.
3. Susu ibu mengandungi kepekatan laktosa yang tinggi dan kandungan zat larut yang rendah. Keadaan ini sangat sesuai bagi ginjal bayi yang belum matang berbanding dengan susu formula yang perlu ditambah dengan gula lain seperti sukrosa, fruktosa dan glukosa.⁵¹
4. Susu ibu bersifat pelali yang mengandungi antibodi yang berwarna kekuningan. Ia dikenali sebagai kolostrum dan salah satu daripada jujuknya yang sangat penting ialah imunoglobulin A (IgA) yang bertindak melindungi bayi dari penyakit berjangkit⁵² dan ia sentiasa bersih serta tidak mengandungi bakteria. Manakala bayi yang minum susu formula lebih mudah mengalami masalah alergi seperti asma dan ekzema.⁵³

⁵⁰ Siti Nojinah Moin (1995), *Penyusuan Susu Ibu : Khasiat & Kebaikan*. KL : Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd., h. 16.

⁵¹ Suriati Ghazali (1998), *op.cit.*, h. 16.

⁵² Frederick J. Store & Margaret Me Williams (1990), *Pemakanan untuk Hidup*, Zurina Ismail *et al.* (terj.), c. 4. KL : DB & P KPM, h. 411.

⁵³ *Ibid.*, h. 14-16. Rujuk juga Syaikh Alaudeen (1996), *Penyusuan Bayi : Aspek Pemakanan, Perkembangan dan Kesihatan Bayi*. KL : DB & P, h. 79.

5. Susu ibu mengandungi semua vitamin yang diperlukan oleh bayi. Ia mengandungi sedikit vitamin D tetapi cukup untuk pertumbuhan kulit. Malah bayi jarang mengalami riket sekalipun dalam musim sejuk.⁵⁴ Berbeza dengan susu formula yang kurang mengandungi vitamin. Lalu bayi perlu diberi jus buah-buahan sebagai vitamin tambahan.
6. Kandungan garam, kalsium dan fosfat tinggi dalam susu formula. Kandungan garam yang tinggi boleh mengakibatkan sawan lebih-lebih lagi jika bayi mengalami cirit-birit. Manakala lebihan kalsium dan fosfat mengakibatkan titanus (pengecutan otot). Sementara zat besi di dalam susu formula tidak boleh diserap sepenuhnya lalu mengakibatkan anemia.⁵⁵

Jadual 3.1 : Kadar Kandungan Nutrien mengikut Jenis Susu Binatang⁵⁶

Jenis susu	Air	Lemak	Gula	Kasein	Protein	Serabut
Manusia	87.6	3.74	6.37	0.90	0.40	0.20
Lembu	87.32	3.75	4.75	3.0	0.40	0.75
Kerbau	86.04	7.53	4.22	3.49	0.86	0.76
Unta	86.57	3.07	5.59	3.49	0.38	0.77
Kambing	79.46	8.63	4.28	5.23	1.45	0.97

⁵⁴ Suriati Ghazali (1998), *op.cit.* , h. 16.

⁵⁵ Siti Nojinah Moin (1995), *op.cit.* , h. 17.

⁵⁶ Jamāl al-Dīn Maḥdān & ‘Abd al- ‘Azīm Ḥafnī Šābir (t.t.), *al-Ghizā’ wa al-Dawā’ fī al-Qur’ān al-Karīm*, c.13. Jumhuriyyah Misr al -‘Arabiyyah : al-Majlis al-A’lā li -Syu’ūn al-Islāmiyyah Lajnah al-Khubarā’, h. 84.

3.5.3 Kurma

Kurma adalah sejenis tumbuhan palma atau dikenali dalam bahasa saintifiknya sebagai *Phoenix dactylifera*⁵⁷ yang berbuah dan boleh dimakan mentah atau dimasak. Mengikut bahasa Inggeris kurma disebut *Date*, *Dattier* bagi Perancis, *Dattel* bagi Jerman, *Dadel* bagi Belanda, *Datteri* atau *Dattero* bagi Itali serta *tamara* bagi Portugis. Sila rujuk lampiran D.

Bagi umat Islam, pokok kurma dikenali sebagai 'Pohon Kehidupan'. Kebanyakan pokok kurma tumbuh di negara-negara Arab yang menjadi makanan asasi bagi mereka. Dalam sebuah hadith iaitu daripada 'Aisyah r.a, Rasulullah s.a.w bersabda:⁵⁸

عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَا عَائِشَةُ بَيْتٌ لَا تَمُرُّ فِيهِ جِمَاعٌ أَهْلُهُ.

Maksudnya: “ Rumah yang tidak ada padanya buah tamar, keluarganya akan lapar .”

Kini, terdapat beberapa negara yang menanam kurma secara besar-besaran untuk dikomersilkan iaitu Iraq, diikuti oleh Arab Saudi, Mesir dan Algeria.⁵⁹ Kurma yang terdapat di negara kita biasanya di import dari Arab Saudi, Iran, Algeria dan

⁵⁷ Armenag K. Bedewian (1994), *Illustrated Polyglottic Dictionary of Plant Names*, t.e. Cairo : Medbouly Library, h. 454. Rujuk juga V.H. Heywood & S.R. Chant (1982), *Popular Encyclopedia of Plants*. New York : Cambrige University Press, h. 147.

⁵⁸ Muslim (1995), *op.cit.*, j. 13, Kitāb al-Aṭ'imah, Bāb fī Idkhāl al-Tamr wa Nahwih min al-Aqwāt li - 'Ilāl, no. hadith 5304, h. 226. Rujuk juga Abū Dāwud (1973), *op.cit.*, j. 4, Kitāb al-Aṭ'imah, Bāb fī al-Tamr, no. hadith 3031, h. 173. Ibn Mājah (1996), *op.cit.*, Kitāb al- Aṭ'imah , Bāb al-Tamr , no. hadith 3327, h. 38.

⁵⁹ Tony Tantillo & Sam Gugino (1997), *Eat Fresh Stay Healthy*. USA : Macmilian, h. 332. Rujuk juga Agronomy, <http://plgepts@ucdavis.edu> 14 Oktober 1998.

California.⁶⁰ Pokok kurma ini dari segi fizikalnya adalah seperti pokok kelapa sawit sementara buahnya bertangkai seperti buah pinang. Seperti kelapa sawit, pokok kurma juga tumbuh tinggi dan boleh mencapai ketinggian sehingga 30 meter. Antara kurma yang terkenal ialah kurma Mekah dan Madinah yang di katakan mempunyai berpuluh-puluh jenis.

Kurma '*Ajwah* dan *Barni*' adalah antara dua jenis kurma Madinah yang terkenal dan digemari kerana ia mempunyai pelbagai khasiat dan kelebihan yang tersendiri. Dari segi saiznya, ia lebih besar berbanding dengan kurma yang lain. Warnanya pula adalah agak gelap. Kurma '*Ajwah* dikatakan pernah ditanam sendiri oleh Rasulullah s.a.w dan telah didoakan keberkatan padanya.

Di dalam ayat al-Qur'an, Allah s.w.t. tidak menyebut tentang kelebihan dan kehebatan buah kurma. Akan tetapi jika dilihat pengulangan ayat sebanyak 21 kali dalam kitab suci al-Qur'an, sudah cukup untuk merungkaikan tujuan dan rahsia yang tersirat padanya. Nama kurma yang disebut dalam al-Qur'an mempunyai lafaz yang berbeza tetapi mempunyai makna yang sama. Ia di sebut dengan empat sebutan iaitu *al-Nakhil* sebanyak 11 kali, *al-Nakhlah* satu kali, *al-Nakhīl* sebanyak 7 kali dan *Rutab* sebanyak 2 kali.

⁶⁰ Salina Ibrahim (2000), "Kurma Kegemaran Rasulullah", Majalah Al-Islam, Bil. 313, Januari 2000, h. 30.

Terdapat pelbagai jenis pembahagian kurma mengikut tahap kematangan kurma tersebut.⁶¹ Antara nama-nama kurma tersebut seperti *Tal'un* bagi kurma yang baru berputik atau dipanggil juga sebagai mayang tamar. *Khalal* bagi kurma yang berusia 17 atau 19 minggu yang berwarna kuning dan agak keras. Pada peringkat ini *khalal* mempunyai kandungan vitamin A dan C yang tinggi. *Balah* pula adalah kurma yang berbeza dengan *Tamr* yang dikategorikan sebagai buah-buahan yang sejuk. Ia mengandungi protein yang tinggi disamping kaya dengan vitamin A dan B. Manakala *Busrn* adalah gelaran bagi buah kurma selepas peringkat *Balah* yang melalui proses untuk menjadi buah yang matang. Sementara *Ruttāb* adalah kurma separuh masak setelah berusia 25 minggu yang berubah kepada lebih lembab dengan kandungan air yang tinggi. Akhirnya *Tamr* adalah kurma yang berusia 29 minggu atau lebih yang kering dan lebih keras daripada *Ruttāb*. Biasanya ia dimakan ramai kerana mudah didapati dan murah berbanding dengan *Ruttāb*.

Menurut hadith, kurma mampu mengelak sihir dan racun. Ia juga dapat mencerdaskan otak dan menjadi alternatif yang terbaik untuk mengelak risiko makanan berlemak, berkolesterol dan bergula kerana kandungannya pada semua itu adalah rendah. Kurma juga berfungsi sebagai pembekal tenaga segera. Bagi ibu yang hamil, kurma *balah* yang mempunyai sejenis horman yang dipanggil '*sintotin*' membantu rahim dan usus mengecut secara semulajadi ketika bersalin. Malah dengan memakan kurma yang muda ia dapat mengurangkan tekanan darah yang

⁶¹ al-Sayyid al-Jumaylī (1992), *al-ʿIjāz al-Ṭibb fī al-Qurʿān*, t.c. Beirut : Dār wa Maktabah al-Hilāl, h. 192. Rujuk juga Jamāl al-Dīn Muḥammad b. Mukarram al-Anṣārī, Ibn Manzūr (1997), *Lisān al-ʿArab*, j. 1. Beirut : Dār Ihya' al-Turāth al-ʿArabī, h. 478.

dialami oleh para ibu. Buktinya ialah Maryam ketika melahirkan Nabi Isa a.s, telah disuruh oleh Allah agar memakan buah kurma.⁶² Iaitu firman Allah:

وَهَزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ تُسَاقِطُ عَلَيْكَ رَطْبًا حَنِيئًا (٢٥)

Surah *Maryam* (19): 25.

Maksudnya: “Dan goyanglah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, nescaya pohon itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu.”

• Terjemahan Surah *Maryam* (19): 25.

Manakala menurut kajian sains pula,⁶³ kurma mengandungi protein lebih kurang 2.2 %, serat sebanyak 2.3 % yang baik untuk mencegah barah usus besar kerana ia bertindak sebagai pelawas kepada tubuh. Manakala kandungan gulanya 72.9 % glukosa. Ini menunjukkan kandungan gula di dalamnya telah di tukar secara semulajadi. Sebaliknya gula dalam kebanyakan buah-buahan dikenali sebagai fruktosa dan gula tebu atau gula pasir yang biasa mengandungi sukrosa yang tidak boleh diserap terus dan terpaksa dipecahkan dahulu oleh enzim sebelum bertukar menjadi glukosa lalu diserap tubuh sebagai tenaga. Kurma juga mengandungi asid amino, kaya dengan zat-zat galian dan mineral seperti zat besi, kalsium, sodium, pottasium, natrium dan magnesium serta vitamin⁶⁴ A, A₁, B, B₁, B₂, C, dan D yang terkandung dalam kurma mempunyai kelebihan dan fungsi yang tersendiri seperti membantu proses pembesaran, merawat penyakit dan mencegah penyakit.

⁶² al-Qurtubī (1993), *op.cit.* , j.6, h. 65. Rujuk juga Wahbah al-Zuhaylī (1991), *op.cit.* , j. 16, h. 79.

⁶³ Che Wan Jasimah (2000), *op.cit.* , h.119.

⁶⁴ Šabri al-Qabbānī (1971), *op.cit.* , h. 122-123. Rujuk juga Tuan Asri Tuan Hussein (1999), “Kurma Beri Tenaga Segera”, Metro Ahad, 19 Disember 1999, h. 19.

3.5.4 Anggur

Vitis vinifera nama saintifik bagi anggur⁶⁵, atau *Inab* dan *Grape* dalam bahasa Arab dan Inggeris adalah sejenis buah-buahan yang digemari oleh kebanyakan penduduk dunia. Ia dianggap buah yang ketiga selepas kurma dan tin. Pokoknya tumbuh dengan menjalar di batang-batang yang menjadi sokongan kepada dahan-dahannya. Daunnya yang lebar 4 hingga 8 inci adalah berbentuk hati yang membulat. Ia boleh hidup selama seratus tahun atau lebih. Sementara pokok yang matang akan menghasilkan buah sebanyak 10 hingga 20 *pound* setahun.⁶⁶ Sila rujuk lampiran E.

Al-Qur'an yang mulia telah menyebut perihal buah anggur sebanyak 11 kali di 10 buah surah. Salah satu di antaranya firman Allah s.w.t :

يُنَبِّتُ لَكُمْ بِهِ الزَّرْعَ وَالزَّيْتُونَ وَالنَّخِيلَ وَالْأَعْنَابَ وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ إِنَّ فِي ذَلِكَ
لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (١١)
Surah *al-Nahl* (16): 11.

Maksudnya: "Dia menumbuhkan bagi kamu dengan air hujan itu tanam-tanaman; zaitun, kurma, anggur dan segala macam buah-buahan. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar ada tanda (kekuasaan Allah) bagi kaum yang memikirkan."

Terjemahan Surah *al-Nahl* (16): 11.

Anggur berasal daripada pergunungan Caucasus iaitu di antara Spain dan Perancis yang kemudiannya tersebar di Asia, Mediterranean dan Eropah. Menerusi

⁶⁵ Armenag K. Bedevian (1994), *op.cit.* , h. 617 dan V.H. Heywood & S.R. Chant (1982) , *op.cit.* , h. 147.

⁶⁶ James Underwood Crockett (1972), *Vegetable and Fruits*, t.c. New York : Time-Life Book , h. 123.

Eropahlah anggur diperkenalkan ke Afrika, Australia, Jepun dan California. Di Indonesia, Thailand dan Filipina, anggur diperkenalkan pada kurun ke-19. Hanya Thailand sahaja yang giat mengkomersialkan anggur secara besar-besaran.⁶⁷

Buah anggur terdiri daripada pelbagai warna seperti hijau, merah atau hitam. Ia boleh dimakan secara segar dan kering. Anggur⁶⁸ yang paling baik ialah yang besar, sedikit bijinya, kandungan gulanya tinggi, rasanya lazat, baunya sedap dan berkulit nipis. Ia mengandungi 15% gula seperti glukosa, fruktosa dan sukrosa. Pada kebiasaannya doktor akan memberi minuman anggur kepada pesakit kerana gulanya mudah dihadam dan terus dialir ke dalam darah. Secara tepat, anggur⁶⁹ mengandungi 82% air, 2% protein, 4% lemak, 16.7% karbohidrat, vitamin A, B, dan C. Ia juga kaya dengan unsur potassium yang mencergaskan otot-otot dan sistem penghadaman. Di samping kalsium, besi, mangan, fosforus, kabrit dan klor.

Dari segi perubatan, buah anggur⁷⁰ adalah baik untuk sesiapa yang mengalami gangguan penghadaman, kurang darah, sembelit, di samping mencergaskan fungsi otot hati dan merawat penyakit kanser, darah tinggi serta sebahagian penyakit kulit. Dalam penemuan terbaru menerusi jurnal kesihatan *Nature* edisi 20 - 27 Disember 2001⁷¹, Dr. Roger Corder, pakar dari *Queen Mary University London* menjelaskan

⁶⁷ Othman Yaakub & Suranant Subhadrabandhu (1995), *The Production of Economic Fruits in South East Asia*. KL : Oxford University Press, h. 269.

⁶⁸ Jalāl al-Dīn al-Suyūṭī (t.t.), *Mukhtaṣar al-Tibb al-Nabawī*, Ibrāhīm Muḥammad al-Jamal (taḥqīq), t.c. Kaḥerah: Maktabah al-Qurʾān, h. 118 - 119. Rujuk juga Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1982), *op.cit.*, h. 387.

⁶⁹ al-Sayyid al-Jumaylī (1992), *op.cit.*, h. 182 - 183. Rujuk juga Jamāl al-Dīn Maḥdān & ʿAbd al-ʿAzīm Ḥafnī Sābir (t.t.), *op.cit.*, h. 135 - 136. Ṣabīr al-Qabbānī (1971), *op.cit.*, h. 69.

⁷⁰ Ṣabīr al-Qabbānī (1971), *op.cit.*, h. 70-72.

⁷¹ Kompas, <http://www.kompas.com/health/news/0112/20/025347.html>. 20 Disember 2001.

bahawa polifenol iaitu zat yang terkandung dalam kulit buah anggur dapat menyihatkan jantung. Polifenol sering dikaitkan dengan zat antioksida yang berfungsi meneutrasisasikan radikal bebas.

3.5.5 Delima

Delima atau *Rummān* dalam bahasa Arab dikenali sebagai *Punica Granatum* ⁷² di dalam bahasa saintifik dan *Pomegranate* dalam bahasa Inggeris adalah berasal dari Iran. Seribu tahun yang lalu, delima dijadikan simbol kekayaan, limpahan dan kesuburan. Bagi orang Roman ia dikenali sebagai ‘*Apple of Carthage*’ dan pada setiap tahun baru, kanak-kanak Greek akan melontar delima untuk mendapat nasib yang baik. ⁷³ Sila rujuk lampiran F.

Dalam al-Qur’an ia disebut sebanyak 3 kali iaitu 2 di dalam surah *al-An’ām* dan 1 dalam surah *al-Raḥmān* iaitu firman Allah :

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَتَخْلُ وَرُمَّانٌ (٦٨)
Surah *al-Raḥmān* (55): 11.

Maksudnya: “Di dalam keduanya ada (macam-macam) buah-buahan dan kurma serta delima.”

Terjemahan Surah *al-Raḥmān* (55): 11.

⁷² Armenag K. Bedewian (1994), *op.cit.* , h. 494 dan V.H. Heywood & S.R. Chant (1982), *op.cit.*, h. 147.

⁷³ Helena Radecka (1984), *The Fruit and The Nut Book*, t.c. New York : McGraw-Hill Book Company, h. 158. Rujuk juga *An Illustrated Dictionary of Chinese Medical Herbs* (1990), Singapore: Times Editions Pte Ltd, h. 152. Tony Tantillo & Sam Gugino (1997), *op.cit.* , h. 468.

Ia merupakan tumbuhan renek ⁷⁴ yang berdaun kecil dan berbentuk lonjong. Bunganya cantik yang berwarna merah jingga. Jusnya pula manis dan berbau wangi. Jenis delima yang baik adalah yang bersangatan warna merahnya, berkulit nipis dan banyak kandungan airnya.

Delima kemudian ditanam secara besar-besaran di seluruh kawasan Mediterranean seperti Mesir, Morocco, Spain, Afghanistan, India, dan secara kecil-kecilan di China, Jepun, Burma, Pakistan dan di California, Amerika Syarikat. ⁷⁵ Ia terdapat hampir di seluruh kawasan tropika dan subtropika. Walau bagaimanapun, delima tidak dapat berbuah dengan baik di kawasan yang terlalu lembap. Buah yang tinggi kualitinya didapati dari kawasan yang musim sejuknya sederhana dan musim panasnya panas dan kering. Buahnya berair dan berjus. Selain dimakan dalam keadaan segar, jus dan sirap boleh dihasilkan daripada isinya.

Delima mengandungi 78% air, 1.6% protein, 0.1% lemak, 5.1% serabut, 14.5% karbohidrat, 0.7% bahan mineral dan 14 mg /100g asid askorbik (vitamin C). Kesemua bahagian pokok ini mengandungi tanin, terutamanya pada kulit buah 26%, kulit batang 10 hingga 25% dan kulit akar 28%. Tanin ini digunakan untuk mewarnakan bahan daripada kulit. Kulit batang dan akar delima juga mengandungi beberapa jenis alkaloid dalam kumpulan piridina. Beberapa bahagian pokok ini seperti akar, buah dan bunga dikatakan mempunyai nilai perubatan dan dijadikan ubat

⁷⁴ al-Sayyid al-Jumayli (1992), *op.cit.* , h. 180.

⁷⁵ S.P. Singh (1992), *Fruit Crops for Wasteland*, t.c. India : Scientific Publishers, h. 195.

pada zaman dahulu. Selain itu, kulit buah dan bunganya menghasilkan bahan pewarna.⁷⁶

Dari segi pengubatan,⁷⁷ tampuk buah dihancurkan dan diminum sebagai penawar bahan beracun seperti cendawan beracun atau bahan kimia beracun. Bunga yang layu pula digunakan untuk mengubati sakit yang disebabkan oleh terlalu banyak makan. Biji delima ditumbuk hingga lumat, dididihkan dengan air dan diminum untuk menghancurkan batu karang. Sementara kulit buah dan akar dimasak dengan air dan diminum untuk menyembuhkan jangkitan taenia atau cacing pita. Manakala kulit akar pokok delima digunakan untuk mengubati cirit-birit dan muntah. Keistimewaan buah delima pernah dinyatakan oleh Sayyidina 'Alī⁷⁸ bahawa sesiapa yang memakan buah delima, sesungguhnya ia baik untuk merawat dan membaikpulih kulit perut, juga menghindari was-was syaitan.

3.5.6 Tin

Buah tin atau *Fig* dalam bahasa Inggeris dipercayai salah satu daripada buah-buahan yang tertua yang dikenali juga sebagai *Ficus Carica*⁷⁹ dari segi saintifik. Pengeluaran buah tin dalam kuantiti yang banyak boleh didapati di kawasan Mediterranean dan di

⁷⁶ Rukayah Aman (1992), *Buah-buahan Nadir Semenanjung Malaysia*. KL : DB & P KPM, h. 94.

⁷⁷ _____ (1999), *Buah-buahan Malaysia*, KL : DB & P, h. xxxvii. Rujuk juga Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1982), *op.cit.* , h. 363-364. al-Suyūṭī (t.t.), *op.cit.* , h. 99 -100. Šabīrī al-Qabbānī (1971), *op.cit.* , h. 85.

⁷⁸ al-Sayyid Maḥmūd Dahsarkhī al-Aṣṣihānī (1988), *Ramz al-Šiḥḥah fī al-Ṭibb al-Nabī wa al-A'immaḥ 'Alayh al-Salām*. Beirut: Dār al-Murtaḍā, h. 17.

⁷⁹ Armenag K. Bedewian (1994), *op.cit.* , h. 276 dan V. H. Heywood & S. R. Chant (1982) , *op.cit.* , h. 147.

pada zaman dahulu. Selain itu, kulit buah dan bunganya menghasilkan bahan pewarna.⁷⁶

Dari segi pengobatan,⁷⁷ tampuk buah dihancurkan dan diminum sebagai penawar bahan beracun seperti cendawan beracun atau bahan kimia beracun. Bunga yang layu pula digunakan untuk mengubati sakit yang disebabkan oleh terlalu banyak makan. Biji delima ditumbuk hingga lumat, dididihkan dengan air dan diminum untuk menghancurkan batu karang. Sementara kulit buah dan akar dimasak dengan air dan diminum untuk menyembuhkan jangkitan taenia atau cacing pita. Manakala kulit akar pokok delima digunakan untuk mengubati cirit-birit dan muntah. Keistimewaan buah delima pernah dinyatakan oleh Sayyidina 'Alī⁷⁸ bahawa sesiapa yang memakan buah delima, sesungguhnya ia baik untuk merawat dan membaikpulih kulit perut, juga menghindari was-was syaitan.

3.5.6 Tin

Buah tin atau *Fig* dalam bahasa Inggeris dipercayai salah satu daripada buah-buahan yang tertua yang dikenali juga sebagai *Ficus Carica*⁷⁹ dari segi saintifik. Pengeluaran buah tin dalam kuantiti yang banyak boleh didapati di kawasan Mediterranean dan di

⁷⁶ Rukayah Aman (1992), *Buah-buahan Nadir Semenanjung Malaysia*. KL : DB & P KPM, h. 94.

⁷⁷ _____ (1999), *Buah-buahan Malaysia*, KL : DB & P, h. xxxvii. Rujuk juga Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1982), *op.cit.*, h. 363-364. al-Suyūṭī (t.t.), *op.cit.*, h. 99 -100. Šabīr al-Qabbānī (1971), *op.cit.*, h. 85.

⁷⁸ al-Sayyid Maḥmūd Dahsarkhī al-Aṣṣihānī (1988), *Ramz al-Šiḥḥah fī al-Ṭibb al-Nabī wa al-A'immaḥ 'Alayh al-Salām*. Beirut: Dār al-Murtaḍā, h. 17.

⁷⁹ Armenag K. Bedewian (1994), *op.cit.*, h. 276 dan V. H. Heywood & S. R. Chant (1982), *op.cit.*, h. 147.

California.⁸⁰ Di dalam al-Qur'an pokok buah tin dan zaitun dianggap simbolik kepada kota suci Baitul Maqdis yang terkenal dengan kedua-duanya. Seperti firman Allah :

وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونَ (١)
Surah *al-Tīn* (95): 1.

Maksudnya: "Demi buah tin dan buah zaitun".

Terjemahan Surah *al-Tīn* (95): 1.

Pokok tin boleh mencapai ketinggian 2 hingga 10 meter dengan daun besar yang berbentuk hati dan tirus diujungnyanya. Dahannya berwarna kelabu dan mempunyai getah yang banyak.⁸¹ Buah tin yang baik adalah yang besar dan banyak isinya. Biasanya ia berwarna putih dan dikupas kulitnya. Buah tin boleh dimakan sama ada segar atau kering.

Buah tin yang kering mengandungi 73% karbohidrat, 3.1 % protein dan 2% minyak. Ia juga kaya dengan vitamin A, B₁, B₂, asid amino, dan garam galian seperti kalsium, sodium, potassium, magnesium, besi, tembaga, fosforus dan klor. Bagi setiap 100g tin, ia memberi tenaga sebanyak 270 kilokalori.⁸²

Sesungguhnya raja-raja firaun dahulu menggunakan ia untuk merawat sakit perut. Sementara *Ibn Sīnā* menyatakan bahawa buah tin amat baik untuk wanita

⁸⁰ Tony Tantillo & Sam Gugino (1997), *op.cit.*, h. 340.

⁸¹ Ahmad al-'Atayyāt (1993), *Mawsū'ah al-Nabātāt al-Ṭibbiyyah*. Beirut : al-Mu'assasah al-'Arabiyyah li -Dirāsāt wa al- Nasyr, h. 54.

⁸² Jamāl al-Dīn Mahdān & 'Abd al- 'Azīm Ḥafnī Šābir (t.t.), *op.cit.*, h. 129 dan rujuk juga al-Sayyid al- Jumaylī (1992), *op.cit.*, h. 181.

hamil dan menyusu. Manakala *Abū Bakr al-Rāzī* pula menyatakan bahawa tin dapat mengurangkan asid dalam badan dan menjauhkan kesan buruknya.⁸³ Selain itu, buah tin boleh dijadikan sebagai pembasuh mulut dan juga penawar. Ia sejenis makanan yang lembut, cepat hadam dan tidak memberi kesan yang buruk kepada perut serta dapat mengurangkan kepanasan badan.

Di samping itu, ia dapat membersihkan kedua-dua buah pinggang, menghilangkan batu karang dan menyegarkan badan.⁸⁴ Malah ia baik untuk sesak nafas, trakea paru-paru, membersihkan hati dan limpa, menyucikan lendir di dalam perut, menyembuhkan penyakit buasir, menyembuhkan ruam kaki, panau dan gout.⁸⁵

3.5.7 Zaitun

Nama saintifik bagi buah zaitun ialah *Olea Europaea*⁸⁶ dan dalam bahasa Inggeris ialah *Olive*. Pokok zaitun adalah pokok yang berbuah banyak dan memberi manfaat yang besar kepada manusia. Ia berbuah sepanjang tahun dan tidak memerlukan penjagaan yang rapi. Pokoknya sentiasa menghijau dan ketinggiannya boleh mencapai 20 meter.⁸⁷ Sila rujuk lampiran G.

⁸³ Šabir al-Qabbānī (1971), *op.cit.*, h. 106. Rujuk juga Abū Isā al-Husayn b. ‘Alī b. Sīnā (t.t.), *al-Qānūn fī al-Ṭibb*, t.c. Kaherah : Mu’assasah al-Ḥalabī wa Syarikāh li- Nasyr wa al-Tawzī’, h. 572. Abū Bakr Muḥammad Zakariyā al- Rāzī (1967), *al-Ḥawī fī al-Ṭibb*, j. 20. India : Matba’ah Majlis Dā’irah al-Ma’ārif al-‘Uthmāniyyah, h. 199.

⁸⁴ Wahbah al-Zuhaylī (1991), *op.cit.*, j. 30, h. 304 -305. Rujuk juga Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1982), *op.cit.*, h. 342-343. al-Suyūṭī (t.t.), *op.cit.*, h.79. Šabir al-Qabbānī (1971), *op.cit.*, h. 107.

⁸⁵ Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1993), *al-Ṭibb al-Nabawī*, c. 16. Beirut : Mu’assasah al-Risālah, h. 292.

⁸⁶ Armenag K. Bedewian (1994), *op.cit.*, h. 422 dan V.H. Heywood & S.R. Chant (1982), *op.cit.*, h. 147. Rujuk juga Aḥmad al-‘Atayyāt (1993), *op.cit.*, h. 115.

⁸⁷ Jamāl al-Dīn Maḥdān & ‘Abd al- ‘Azīm Ḥafīf Šābir (t.t.), *op.cit.*, h. 130.

Disebut dalam al-Qur'an sebanyak 5 kali dan di dalam surah *al-Nūr* ayat 35 diterangkan bahawa pokok zaitun diumpamakan sebagai keberkatan dan diibaratkan kelembutan minyaknya dengan cahaya Allah iaitu firman Allah:

...الرُّجَاجُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ... (٣٥)
 Surah *al-Nūr* (24): 35.

Maksudnya: "...Pelita itu di dalam kaca (dan) kaca itu seakan-akan bintang (yang bercahaya) seperti mutiara, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang banyak berkatnya, (iaitu) pohon zaitun yang tumbuh tidak di sebelah timur dan tidak pula di sebelah barat, yang minyaknya (saja) hampir-hampir menerangi, walaupun tidak disentuh api..."

Terjemahan Surah *al-Nūr* (24): 35.

Ahli-ahli tafsir berpendapat bahawa pokok zaitun dalam surah *al-Tīn* pula mengisahkan tentang zaman Nabi Nuh a.s ketika berlaku kejadian banjir besar yang memusnahkan segalanya. Semasa kapal Nabi Nuh berlabuh, didapati air masih lagi menutup permukaan bumi. Lalu Nabi Nuh a.s mengutuskan beberapa ekor burung untuk menjejaki tanah yang sudah kering. Namun, burung tersebut hilang dan tidak membawa berita langsung. Seinggalah Nabi Nuh a.s mengutuskan burung lain yang pulang membawa daun pokok zaitun. Lantas zaman tersebut dikenali sebagai zaman zaitun. Dengan itu Allah bersumpah dengan pokok zaitun untuk memperingati peristiwa besar yang berlaku dahulu.⁸⁸

⁸⁸ *Ibid.*

Sejak dahulu lagi pokok zaitun lebih istimewa daripada pokok-pokok yang lain. Buah zaitun yang diperah menjadi minyak,⁸⁹ banyak dijadikan kuah bagi sesetengah penduduk dunia dan dijadikan bahan campuran berbagai jenis ubat untuk merawat penyakit. Menyapu minyak zaitun pada rambut adalah tanda kesucian dan kemuliaan. Sebagaimana sebahagian para Anbiya' dan para cendekiawan Bani Israel menamakan ia sebagai 'Sapuan Allah'. Malah Rasulullah s.a.w pernah bersabda iaitu dari *Abū Hurayrah*⁹⁰ :

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ سَعِيدٍ عَنْ جَدِّهِ قَالَ سَمِعْتُ أَبَا هُرَيْرَةَ يَقُولُ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كُلُوا الزَّيْتِ وَأَدِّهْنُوا بِهِ فَإِنَّهُ مُبَارَكٌ.

Maksudnya: "Makanlah buah zaitun dan sapulah minyaknya kerana ia berkat."

Buah zaitun mempunyai nilai pemakanan yang tinggi iaitu ia mengandungi 16.7 karbohidrat, 1.5% protein dan 13.5% minyak. Seterusnya ia kaya dengan vitamin A serta unsur sodium dengan jumlah yang besar iaitu 2400 mg, kalsium potassium, mangan, tembaga, fosforus tanpa unsur besi. Secara umum, minyak zaitun bermanfaat untuk sistem penghadaman dan hati khususnya. Ia tidak mempunyai kolestrol yang boleh mengakibatkan darah tinggi dan penyumbatan saluran darah. Jika disapu pada kulit ia dapat melembutkannya, melicinkan dan merawat luka-luka atau penyakit kulit. Manakala bagi yang menyapunya di rambut, ia dapat menguatkannya dan melambatkan proses uban.⁹¹

⁸⁹ al-Qurtubī (1993), *op.cit.*, j.6, h. 65.

⁹⁰ Ibn Mājah (1996), *op.cit.*, j. 4, Kitāb al-Aṭ'imah, Bāb al-Zayt, no. hadith 3320, h. 35. Berseorangan Ibn Mājah dalam hadith ini.

⁹¹ Jamāl al-Dīn Maḥdān & 'Abd al-'Azīm Ḥafnī Ṣābir (t.t.), *op.cit.*, h. 130 - 131. Rujuk juga al-Sayyid al-Jumaylī (1992), *op.cit.*, h. 182. Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1982), *op.cit.*, h. 365 - 366. al-Suyūṭī (t.t.), *op.cit.*, h. 106 - 107.

3.5.8 Halia

Halia atau *Zanjabil* dalam bahasa Arab dikenali sebagai *Zingiber Officinale* Rosc di dalam bahasa saintifik dan *Ginger* dalam bahasa Inggeris adalah berasal dari India.⁹²

Sila rujuk lampiran H. Pada surah *al-Insān* ayat 17 di dalam kitab suci al-Qur'an menyebut bahawa halia adalah minuman dari syurga iaitu firman Allah:

وَيُسْقَوْنَ فِيهَا كَأْسًا كَانَ مِزَاجُهَا زَنْجَبِيلًا (١٧)

Surah *al-Rahmān* (55): 17.

Maksudnya: “Di dalam syurga itu mereka diberi minum segelas (minuman) yang campurannya adalah halia.”

Terjemahan Surah *al-Rahmān* (55): 17.

Halia adalah herba berizom dan berumpun, setinggi 30 hingga 90 cm. Berdaun *linear-lanseolat*, runcing ke hujung, 5 hingga 25 cm panjang dan 1 hingga 3 cm lebar yang berwarna hijau tua. Rizomnya 2 hingga 3.5 cm diameter dan berjari-jari. Kulitnya berwarna kuning pucat dan isinya putih kekuningan, berserat dan rasanya pedas. Semua bahagian herba ini beraroma apabila diramas.⁹³ Sementara bunganya yang berwarna kuning, mempunyai bau yang wangi.

Herba ini mempunyai kadar pertumbuhan serta membiak dengan cepat. Penanamannya adalah menggunakan rizom yang matang. Halia boleh ditanam pada pelbagai tanah. Namun tanah yang paling baik untuk halia ialah tanah gembur yang

⁹² Ahmad al-'Atayyāt (1993), *op.cit.* ,h. 109.

⁹³ Ismail Saidin (2000), *Sayuran Traditional Ulam dan Penyedap Rasa*. Bangi : Penerbit Universiti Malaysia, h. 74.

subur dan tanah gambut. Ia boleh ditanam sebagai tanaman selingan di ladang getah dan kelapa sawit yang baru ditanam. Perbezaan di antara satu jenis halia dengan yang lain ialah dari segi struktur, bentuk rizom dan warna isinya.⁹⁴

Dalam setiap 100 g bahagian yang boleh dimakan, halia mengandungi : air 86 g, protein 2.1 g, lemak 1.0 g, karbohidrat 8.6 g, serat 1.7 g, kalsium 17 mg, fosforus 63 mg, ferum 2.5 mg, natrium 3 mg, kalium 125 mg, vitamin B₁ 0.04 mg, B₂ 0.04 mg, niasin 0.7 mg dan vitamin C 5.3 mg.⁹⁵

Selain menjadi penyedap rasa dalam resipi masakan dan meningkatkan selera makan seseorang, halia juga terkenal sebagai ubat tradisional dan dijadikan ramuan jamu. Ia mampu mengurangkan sakit sendi tulang, batuk, melancarkan penghadaman, sakit perut, melawaskan angin, memanaskan badan, merawat sakit ulu hati, mual, muntah, pendarahan hidung, migran dan meneutralkan keracunan makanan.⁹⁶

3.6 SENARAI MAKANAN HARAM YANG DINYATAKAN OLEH AL-QUR'AN

Di dalam perbahasan makanan haram, perinciannya diterangkan di dalam al-Qur'an iaitu :

⁹⁴ Halimatul Saadiah A. Syafiei (1998), *Sayur-sayuran Semenanjung Malaysia*. KL : DB & P, h. 24. Rujuk juga Lee Chew kang (1986), *Menanam Sayur Keperluan Sendiri*, Rukayah Aman (terj.) , c. 2. KL : DB & P, h. 62.

⁹⁵ Ismail Saidin, *op.cit.* , h. 75.

⁹⁶ *Ibid.*, Rujuk juga Ibn Qayyim al-Jawziyyah (1982), *op.cit.* , h. 368. Wan Omar Abdullah (1998), *Perubatan Herba: Konsep dan Pendekatan*. KL : UKM, h. 19 - 20 dan Chang Choa - Ling *et al.* (1999), *Vegetables as Medicine*, t.c. Malaysia : Pelanduk Publication (M) Sdn. Bhd. , h. 82 - 83. *An Illustrated Dictionary of Chinese Medical Herbs* (1990), *op.cit.* , h. 179.

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالْدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ وَمَا أُهْلَ لَغَيْرِ اللَّهِ بِهِ وَالْمُنْخَنِقَةُ
وَالْمَوْقُوذَةُ وَالْمُتَرَدِّيَةُ وَالنَّطِيحَةُ وَمَا أَكَلَ السَّبُعُ إِلَّا مَا ذَكَّيْتُمْ وَمَا ذُبِحَ عَلَى
النُّصُبِ... (۳)

Surah *al-Mā'idah* (5) : 3.

Maksudnya: "Diharamkan bagi kamu bangkai, darah, daging khinzir, binatang yang disembelih bukan kerana Allah, yang (mati) tercekik, yang dipukul, yang jatuh, yang ditanduk, yang dimakan oleh binatang buas kecuali yang dapat kamu sembelih dan diharamkan bagi kamu binatang yang disembelih untuk berhalal..."

Terjemahan Surah *al-Mā'idah* (5) : 3.

Berpanduan ayat di atas, penulis telah membahagikan ia kepada tiga topik iaitu bangkai, darah dan khinzir yang akan dijelaskan huraianya selepas ini.

3.6.1 Bangkai

Bangkai adalah binatang yang mati tanpa disembelih secara syarak dan para jumhur ulamak bersepakat di atas pengharamannya dalam keadaan ihtikar (biasa) bagi semua jenis bangkai yang dinyatakan sebelum ini. Di sini penulis akan mengupas satu persatu jenis-jenis bangkai tersebut :⁹⁷

1. *al-Munkhaniqah* adalah binatang yang mati kerana tercekik atau dicerut dengan tali atau sebagainya.

⁹⁷ Wahbah al-Zuhayli (1991), *op.cit.*, j. 6, h. 79 - 82. Rujuk juga Abū Ja'far Muḥammad b. Jarir al-Ṭabarī (1992), *Jāmi' al-Bayān fī Ta'wīl al-Qur'ān*, j. 4, Beirut: Dār al-Kutub al-'Ilmiyyah, h. 407 - 415. al-Qurtubī (1993), *op.cit.*, j. 3, h. 33 - 39. Ibn Kathīr (1983), *op.cit.*, j. 2, h. 8 - 11. Ṭanṭāwī Jawharī (1350 H), *op.cit.*, j. 3, h. 124 - 125. al-Ālūsī (1994), *op.cit.*, j. 4, h. 86 - 87. Fakhr al-Rāzī (1994), *op.cit.*, j. 6, h. 135 - 136. al-Syawkānī (1990), *op.cit.*, j. 2, h. 12 - 13. al-Qāsimī (1994), *op.cit.*, j. 3, h. 24 - 27. Aḥmad Muṣṭafā al-Marāghī (1993), *Tafsīr al-Marāghī*, j. 6, c. 3. Mesir : Syarikah Maktabah wa Matba'ah Muṣṭafā al-Bābī al-Ḥalabī wa Awlādūh, h. 47 - 50. Sayyid Quṭb (1985), *Fī Zīlāl al-Qur'ān*, j. 2, c. 11. Beirut : Dār al-Syuruq, h. 840. Muḥammad 'Alī al-Ṣabūnī (1997), *op.cit.*, j. 1, h. 522. Ij. Abdul Malik Abdul Rahman (HAMKA), (Prof.), (1983), *Tafsīr al-Azhar*, j. 6. Singapura : Pustaka Nasional Pte LTD, h. 1606 - 1607.

2. *al-Mauqūdhah* adalah binatang yang dipukul sama ada dengan kayu, batu, tongkat lalu mati.
3. *al-Mutaraddiyah* adalah binatang yang terjatuh dari tempat tinggi ke bawah seperti gunung atau telaga lalu mati.
4. *al-Naḥīḥah* adalah binatang yang ditanduk binatang lain, lalu mati.
5. *Mā akal al-Sabu'* adalah binatang yang mati akibat dimakan oleh binatang buas seperti singa, serigala, harimau dan sebagainya.
6. *Mā Zubih 'alā al-Nuṣub* adalah binatang yang disembelih (dikorbankan) untuk berhala lalu diletakkan daging-daging dan dilumurkan darahnya di atas batu-batu yang berada di sekeliling kaabah. Hal ini berlaku semasa zaman jahiliyah.

Hikmah pengharaman bangkai adalah kerana sifat semulajadi manusia sendiri tidak menyukai benda-benda yang kotor ⁹⁸, apalagi memakannya menafikan kemuliaan manusia. Oleh itu, bangkai itu menjadi suatu rahmat dari Allah untuk haiwan-haiwan lain dan burung-burung untuk memakannya. Bagi haiwan yang disembelih bukan nama Allah, ia juga dikira bangkai dan sebab pengharamannya kerana menjaga aqidah tauhid dan iman kepada Allah yang Maha Esa. ⁹⁹

Manusia yang memakan bangkai akan terdedah kepada bahaya dengan dua cara. Pertama dengan pemindahan kuman-kuman secara langsung melalui daging

⁹⁸ Rasyid Ridā (1923), *Tafsīr al-Qur'ān al-Hakīm: al-Musytahar bi Ism Tafsīr al-Manār*, j. 6. Kaherah : Azhar, h. 134 dan rujuk juga Ṣāliḥ Fawzān b. 'Abd Allāh al-Fawzān (1988), *al-Aṭ'imah wa Ahkām al-Ṣayd wa al-Dhabā'ih*. Riyad : Maktabah al-Ma'ārif, h. 196.

⁹⁹ Maḥmūd Syaltūt (1959), *al-Fātāwā*, t.c. Azhar : Matbū'ah al-Idārah al-Āmmah li-Thaqāfah al-Islāmiyyah, h. 356.

yang dimakan dan juga dengan cara racun yang dibawa oleh kuman-kuman penyakit itu. Antara penyakit ¹⁰⁰ yang ditimbulkan ialah penyakit peradangan pada hati, *Tuberculosis* atau penyakit pada paru-paru yang menyerang manusia pada setiap peringkat umur, penyakit *Anthrax* yang terhasil daripada makanan yang kotor dan *Anthrax Bacillus* pula boleh menyebabkan kelukaan pada kulit di muka dan tangan. Manakala gejala seperti muntah dan cirit-birit adalah disebabkan oleh kuman *Salmonella*. Oleh itu, bangkai akan memberi kemudaran bagi sesiapa sahaja yang memakannya.

3.6.2 Darah

Para ulamak telah bersepakat bahawa darah adalah haram, najis, tidak boleh dimakan dan diambil manfaat darinya.¹⁰¹ Di zaman jahiliah dulu, orang Arab apabila lapar, mereka akan menusuk badan binatang dengan benda tajam untuk minum darahnya. Darah adalah bendalir merah yang mengalir di seluruh bahagian anggota badan. Ia terdiri daripada plasma dan sel-sel hidup. Nisbah kandungannya ialah 60 : 40 bagi manusia. Sel ini terbahagi kepada dua iaitu sel darah merah dan sel darah putih yang akan bertindak mempertahankan badan dari serangan kuman.¹⁰² Pengharaman ini adalah bagi darah yang mengalir dan ia terkecuali bagi darah beku seperti hati dan limpa.¹⁰³

¹⁰⁰ Hisyam Ibrāhīm al-Khaṭīb (1985), *al-Wajīz fī al-Ṭibb al-Islāmī*. ‘Ammān: Dār al-Arḥam, h. 225 - 227. Rujuk juga . ‘Abd al-Ḥamid Diyāb & Aḥmad Qarqūz (1982), *Ma’a al-Ṭibb fī al-Qur’ān al-Karīm*, c. 2. Dimasyq : Mu’assasah ‘Ulūm al-Qur’ān, h. 134.

¹⁰¹ al-Qurṭubī (1993), *op.cit.*, j. 3, h. 149.

¹⁰² al-Ḥajj Muḥammad Wasfī (1990), *al-Qur’ān wa al-Ṭibb*. Beirut : Dār Ibn Ḥazm, h. 177.

¹⁰³ Wabbah al-Zuhayli (1991), *op.cit.*, j. 6, h. 76.

Menurut perubatan, darah berfungsi bukan saja mengangkut zat makanan dan oksigen tetapi ia juga mengangkut bahan-bahan kumuhan dan kekotoran seperti toksik. Malah ia juga adalah wadah yang baik untuk pertumbuhan mikroorganisma, cepat tercemar, baunya busuk, susah dihadam kerana kandungan zat besinya tinggi. Keadaan ini mengakibatkan perut berasa sakit, muntah dan cirit-birit. Malah ia akan melahirkan kekerasan pada sifat manusia dan mudah melakukan jenayah.¹⁰⁴ Justeru, pelbagai penyakit yang berjangkit melalui darah khususnya seperti penyakit Aids, hepatitis A, hepatitis B dan hepatitis C yang dikatakan lebih kronik dan berbahaya kepada kesihatan manusia mudah disebarkan melalui darah.

3.6.3 Daging khinzir

Al-Qur'an telah meletakkan pengharaman memakan daging khinzir sebaris dengan pengharaman bangkai, darah dan lain-lain sebagaimana yang terdapat pada surah *al-Mā'idah*. Para ulamak telah bersepakat di atas pengharamannya dan ia meliputi semua bahagian anggotanya termasuk lemak dan kulit.¹⁰⁵

Dari bentuk fizikal, struktur badan khinzir adalah campuran dari haiwan liar dan ternakan. Khinzir adalah binatang yang hodoh, bermata buruk, bertaring di mulut, kepalanya seperti kepala kerbau, mempunyai kuku kaki seperti lembu dan

¹⁰⁴ Hasan Yāsin 'Abd al-Qadīr (1997), *op.cit.* , h. 69. Rujuk juga 'Abd al-Īlamīd Diyāb & Alḥmad Qarqūz (1982), *op.cit.* , h. 135 - 136.

¹⁰⁵ Wahbah al-Zuhaylī (1991), *op.cit.* , j. 6, h. 77. Rujuk juga al-Qurtubī (1993), *op.cit.* , j. 1, h. 150. Helmet Gatje (1996), *The Qur'an and Its Exegesis*, Alford T. Welch (translate & ed), Oxford : Oneworld Publications, h. 198.

kambing serta ia adalah haiwan yang melahirkan anak.¹⁰⁶ Terdapat lebih 300 spesies khinzir jinak dan ia dikenali dengan pelbagai nama mengikut saiznya seperti *Swine*, *Hog*, *York Shire Boar* dan *Pork*. Bagi khinzir liar ia dikenali sebagai *Bear*, *Bush pig*, *Wild pig*, *Want hog* dan sebagainya.¹⁰⁷

Jika dilihat sekilas pandang dari sudut kebersihan sudah dapat memberikan sedikit jawapan yang jelas akan sebab ia diharamkan. Khinzir adalah haiwan yang pengotor, kuat nafsu, tamak haloba dan makanannya pula terdiri daripada benda-benda kotor, najis, tikus dan bangkai. Para saintis Islam dan Barat telah berjaya menyingkap sebab-sebab ia diharamkan. Dari segi perubatan¹⁰⁸ daging khinzir memudaratkan kesihatan, melahirkan penyakit merbahaya dan merosakkan akhlak. C. Devendra dan M.F. Fuller¹⁰⁹ telah menyenaraikan penyakit-penyakit yang menimpa khinzir dan Edward Smith pula mengakui bahawa daging khinzir ini amat merbahaya kepada manusia.

Penyakit-penyakit dari khinzir boleh dibahagi kepada dua iaitu penyakit yang dipindahkan melalui kekotorannya dan penyakit yang disebabkan oleh daging khinzir itu sendiri.¹¹⁰ Antara penyakit yang disebabkan oleh dagingnya ialah ia mengandungi cacing yang dikenali sebagai *Tinea Soleam* yang panjangnya boleh mencapai 2

¹⁰⁶ Sāliḥ Fawzān b. 'Abd Allāh al-Fawzān (1988), *op.cit.*, h. 215. Rujuk juga al-Damīrī (1348 H), *op.cit.*, j. 1, h. 431.

¹⁰⁷ Basri Ibrahim (1999), *Bukti Saintifik Pengharaman Khinzir*, KL : Darul Nu'man, h. 5 - 6.

¹⁰⁸ Maḥmūd Syaltūt (1959), *op.cit.*, h. 356. Rujuk juga 'Abd al-Ḥamīd Maḥmūd Tihāz (1994), *op.cit.*, h. 114.

¹⁰⁹ C. Devendra & M. F. Fuller (1979), *Pig Production in the Tropics*, t.c. London : Oxford University Press, h. 147 - 153 dan Edward Smith (1873), *Foods*, t.c. New York : D. Appleton & Company, h. 62.

¹¹⁰ Maḥmūd Naẓīm al-Nasīmī (1987), *al-Ṭibb al-Nabawī wa al-'Ilm al-Ḥadīth*, c. 2. Beirut : Mu'assasah al-Risālah, h. 272. Juga 'Abd al-Ḥamīd Diyāb & Aḥmad Qarqūz (1982), *op.cit.*, h. 137.

hingga 3 m. Apabila seseorang memakan daging khinzir tanpa dimasak dengan sebaik-baiknya, cacing ini akan membiak bebas pada sel-sel di dalam tubuh manusia dan membesar tanpa sekatan. Akibatnya, seseorang akan kurang selera makan, berasa lapar yang bersangatan sakitnya, cirit-birit atau sembelit.

Selain itu, cacing *Trichinella Spiralis* yang membiak di dalam anggota babi, akan mengorek dinding tempat penghadaman untuk menuju ke tempat aliran darah. Ia boleh mendatangkan penyakit *Romatizam* yang teruk iaitu menyerang lidah, kerongkong, dada, jari-jari, kaki dan perut. Manakala penyakit yang disebabkan virus yang terdapat dalam daging khinzir pula seperti *Japanese Encephalitis* (J-E), yang disebarkan oleh nyamuk betina *Culex* yang menghisap darah khinzir, virus *West Nile Encephalitis* (WNE), virus *Rhadoviridae* yang menyebabkan penyakit *Vesicular Stomatitis*, penyakit kuku dan mulut oleh virus *Picornaviridae* serta penyakit radang otak dan hati.

3.6.4 Arak

Perkataan arak berasal dari kata terbitan *mukhamirah* atau *khamar* yang bererti penutup, menutup akal fikiran dari mengetahui keadaan yang sebenar.¹¹¹ Pengharamannya telah dilakukan secara berperingkat-peringkat untuk memudahkan manusia menerimanya iaitu bermula pada tahun ketiga selepas hijrah sehingga tahun

¹¹¹ Muhammad Dāwud al-Jazā'iri (1993), *al-I'jāz al-Tibb fi al-Qur'an wa al-Sunnah*. Beirut : Dār al-Maktabah al-Hilāl, h. 152. Rujuk al-Hajj Muhammad Wasfi, (1990), *op.cit.* , h. 120. dan Mahfodz Mohamad (1987), *Jenayah dalam Islam: Satu Kajian Ilmiah Mengenai Hukum Hudud*. KL : Nurin Enterprise, h. 82.

kelapan hijrah.¹¹² Ini disebabkan minuman arak sudah menjadi suatu kebiasaan bagi kaum jahiliyah. Di dalam al-Qur'an perkataan *khamr* disebut sebanyak 3 kali, 1 pada surah *al-Baqarah* dan 2 di surah *al-Mā'idah*. Justeru sepenuhnya pengharaman arak adalah pada firman Allah s.w.t :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ
الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (٩٠)
Surah *al-Mā'idah* (5): 90.

Maksudnya: “Wahai orang-orang yang beriman, sesungguhnya (meminum) arak, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan anak panah, adalah perbuatan keji termasuk perbuatan syaitan. Maka jauhilah perbuatan-perbuatan itu agar kamu mendapat keberuntungan.”

Terjemahan Surah *al-Mā'idah* (5): 90.

Oleh itu, berpandukan ayat tersebut, jumhur ulamak yang terdiri dari Maliki, Syafie dan Ahmad menyatakan arak adalah segala bahan yang boleh memabukkan sama ada diberi nama *khamr* atau memakai nama lain atau sama ada diproses dari bahan tertentu seperti buah anggur, kurma, beras dan gandum yang dapat memabukkan walaupun diambil banyak atau sedikit.¹¹³

Al-Faqih Abū al-Layth pernah berkata bahawa arak mempunyai sepuluh kemudaratannya.¹¹⁴

1. Arak itu menghilangkan neraca akal , menghalang dari mengingat Allah dan mengerjakan solat serta merosak harta benda.

¹¹² Wahbah al-Zuhaylī (1991), *op.cit.* , j. 7, h. 43

¹¹³ ‘Abd al-Qādir Awdah (2000), *al- Tasyrī’ al- Jinā’ī Muqārarin bi -Qānūn al-Waḍ’ī* , c. 14. Beirut: Mu’assasah al-Risālah, h. 498. Rujuk juga Muhammad ‘Alī al-Sābūnī (1997), *op.cit.* , j. 1. , h. 277.

¹¹⁴ Ahmad Qasim (1977), *Manusia dengan Arak dan Zina*, c. 2. Singapura : Penerbitan Toko Wijaya, h. 59.

2. Boleh menimbulkan permusuhan di antara saudara mara dan rakan sejawat.
3. Meruntun kepada mengerjakan perbuatan zina.
4. Arak adalah anak kunci kepada segala kejahatan dan maksiat kerana itu pintu langit tertutup untuk menerima doanya selama 40 hari.
5. Akan dikenakan balasan had sebanyak 40 kali rotan. Di akhirat nanti akan dipukul dengan tongkat api neraka di hadapan orang ramai serta disaksikan oleh kedua ibubapa dan rakan-rakannya.

Dari segi kesihatan, tabiat minum arak yang berterusan boleh merosakkan otak dan seluruh sistem saraf pusat yang lain. Kebolehan untuk membezakan sesuatu, pemusatan fikiran, kebijaksanaan dan ingatan menjadi lemah, kabur dan sistem pengontrol hilang pengaruhnya. Bagi orang yang semulajadi pendiam, ketika mabuk dia tidak akan berhenti becakap (merepek-repek). Penglihatan menjadi kurang terang dan sebab itu langkahnya menjadi terhayong-hayang.¹¹⁵

Sementara pada sistem pencernaan dan penghadaman pula bagi mereka yang meminum arak, biasanya akan muntah dan kadang-kadang cirit-birit. Organ hati akan rosak sedikit demi sedikit dalam jangka masa panjang. Sel hati yang rosak akan diganti oleh jaringan parut dan hati menjadi kecil yang disebut '*liver cirrhosis*'. Urat

¹¹⁵ Muhammad 'Abd al-Mun'im 'Abd al-'Alī (t.t.), *al-Amrād al-Jildīyyah wa al-Tanāsīliyyah bayn al-Qur'ān wa al-Sunnah*, t.c. Azhar : Mu'assasah Ahbār al-Yawm, h. 75 . Rujuk Muhammad Dāwud al-Jazā'iri (1993), *op.cit.* , h. 163.

darah menjadi sempit dan perjalanan cairan dari perut ke jantung menjadi tersumbat. Cairan tadi akan tertimbun dalam perut yang mengakibatkan buncit.¹¹⁶

Selain itu, arak juga boleh merosakkan fungsi buah pinggang. Apabila buah pinggang musnah, pengeluaran insulin menjadi kurang dan diabetes bertambah hingga menyebabkan kesakitan yang amat sangat.¹¹⁷ Tambahan pula, gusi akan membengkak dan lebam. Lalu mengakibatkan kanser mulut. Bagi ibu-ibu yang mengandung pula, bayi-bayi yang akan lahir akan menderita kecacatan otak, muka, kerosakan pada hati, paru-paru dan organ seks.¹¹⁸

3.7 HIKMAH SERTA KESAN PEMAKANAN TERHADAP AQIDAH, IBADAT DAN AKHLAK SEORANG MUSLIM

Hikmah halal dan haram pada makanan dan minuman itu menunjukkan wujudnya kasih sayang Allah s.w.t. terhadap hambanya. Allah tidak menghalalkan sesuatu kecuali untuk kemaslahatan manusia. Sebaliknya, Allah tidak mengharamkan sesuatu kecuali kerana ia membahayakan mereka.

Justeru, apa sahaja tindakan dan perbuatan yang dilakukan pasti akan menghasilkan keputusan di peringkat akhir. Keputusan ini mungkin memberi kesan yang positif dan adakalanya negatif bagi diri individu. Dalam perbahasan aspek

¹¹⁶ *Ibid.*, rujuk juga Ma'mūn Mubayyid (1995), *al-Mursyid fī al-Amrāḍ al-Nafsiyyah wa Idṭirābāt al-Sulūk*. Beirut : al-Maktab al-Islāmi, h. 241.

¹¹⁷ Ernest L. Wynder (1981), *A Complete Guide to Making Health Last a Life Time*. USA : American Health Foudation, h. 197.

¹¹⁸ *Ibid.*, h. 197 - 200.

pemakanan dan hubungannya yang erat dengan ibadat, dapat diketahui beberapa kesan iaitu pemakanan yang halal lagi berkat akan menumbuhkan darah daging yang bersih dan suci. Sebagaimana yang dimaklumi, bahawa Allah amat menyenangi perkara yang baik dan hanya akan menerima yang baik sahaja.

Anjuran Rasulullah s.a.w agar umat Islam sentiasa menjaga kesihatan melalui madu pula adalah kerana selain ia berupaya merawat pelbagai penyakit, madu juga mampu melahirkan akhlak mulia kepada peminumnya. Secara jelas, Rasulullah s.a.w pernah menyarankan agar madu diberi minum kepada khadam bagi memperelokkan jiwanya.¹¹⁹ Suatu perkara yang unik juga ialah lebah adalah haiwan yang cukup mementingkan kebersihan.¹²⁰ Jika terdapat haiwan yang mati, ia akan dibungkus dengan pelekat 'peropolis'.

Menurut *Ibn al-Athir* orang mukmin adalah seperti lebah yang mahir, bijaksana, banyak memberi manfaat dan sanggup bekerja keras. Ia selalu membersihkan diri dari kekotoran dan hanya makan makanan yang baik sahaja. Malah sentiasa bergantung kepada usahanya sendiri dan taat kepada ketuanya. Walau bagaimanapun, lebah akan binasa dengan kegelapan, awan, angin, asap, air dan api. Begitu juga individu muslim akan binasa kerana kegelapan, kelalaian, keraguan, fitnah dan hawa nafsu.¹²¹ Oleh itu, setiap individu muslim perlu prihatin dan

¹¹⁹ al-Sayyid Maḥmūd Dahsarkhī al-Aṣḥānī (1988), *op.cit.*, h. 15.

¹²⁰ W. Sinclair (1972), *Chara Hidup Lebah Madu*, Izhab b. Alang Ismail (terj.). KL : Federal Publication Sdn. Bhd., h. 6.

¹²¹ al-Sayyid al-Jumaylī (1992), *op.cit.*, h. 199. Rujuk juga al-Damīrī (1348 H), *op.cit.*, h. 343.

mengawasi aspek pemakanan kerana ia memberi saham dalam penerimaan dan penolakan amal ibadat dan doa yang dipanjatkan setiap hari.¹²²

Selanjutnya, semasa Imam *Muhammad 'Abduh* berkunjung ke Perancis,¹²³ penduduknya bertanya tentang rahsia diharamkan khinzir. Menurut mereka, khinzir-khinzir sekarang ini telah dibesarkan dalam penternakan moden dengan kebersihan yang terjamin serta melalui proses sterilisasi. Namun, Imam *Muhammad 'Abduh* meminta mereka menghadirkan dua ekor ayam jantan dan seekor ayam betina, serta dua ekor khinzir jantan dan seekor khinzir betina untuk memperlihatkan suatu rahsia. Lalu beliau menyuruh agar dilepaskan dua ekor ayam jantan bersama satu ekor ayam betina. Keduanya berusaha untuk mendapatkan ayam betina dan mempertahankan harga dirinya, sehingga salah satu dari keduanya nyaris mati.

Kemudian, Imam *Muhammad 'Abduh* menyuruh mereka mengurung ayam-ayam tersebut sambil meminta agar dilepaskan dua ekor khinzir jantan berserta satu ekor khinzir betina. Kali ini mereka menyaksikan keanehan!. Dua khinzir jantan itu tidak saling serang dan berkelahi, tetapi bekerjasama. Kedua-duanya saling bantu membantu untuk melaksanakan 'hajatnya' masing-masing, tanpa rasa cemburu, tanpa harga diri untuk menjaga khinzir betina dari temannya. Dalam benak keduanya muncul sifat jahat untuk merenggut kehormatan sang betina.

¹²² Ahmad b. Ahmad Muhammad 'Abd Allāh al-Tawīl (1994), *Ṭalab al-Rizq bayn al-Ḥalāl wa al-Ḥarām wa al-Syubḥah*, Riyad: Dar al-Muslim, h. 141.

¹²³ Hefi Andi (2001), "Antara Ayam dan Babi", *Majalah Islam Sabili*, Bil. 16 Th. vii 31, Januari 2001, h. 32.

Sesungguhnya daging khinzir membunuh *ghirah* atau cemburu orang yang memakannya dan tidak mempunyai perasaan untuk mempertahankan kehormatan keluarga serta tanah airnya. Sikap ini amat merbahaya kerana lelaki adalah pelindung kepada kaum wanita. Sekiranya seorang suami bersifat seperti khinzir maka banyaklah kelahiran anak luar nikah. Kesimpulannya jika seorang individu itu memakan khinzir, dia akan mempunyai nafsu syahwat yang kuat, kurang sifat malu, keji, boros, kikir, rosak kehormatan, suka berfoya-foya, senda gurau, haloba, rakus, dengki, busuk hati, suka memaki dan lain-lain lagi.¹²⁴

Berhubung dengan tegahan memakan binatang liar, yang bertaring dan buas, terdapat beberapa hikmah dari pengharamannya. Memakan binatang seperti anjing akan mempengaruhi watak seseorang secara rohani dan fizikal iaitu bersifat pemarah, membuta tuli, angkuh, ingin tinggi, suka melecehkan orang, memandang rendah orang lain, menghina, cenderung melakukan kejahatan dan ingin membuat kezaliman dan sebagainya. Ini dikukuhkan lagi dengan kajian yang dibuat oleh *Fangary A. S.*,¹²⁵ manusia yang memakan daging daripada binatang karnivor mempunyai sikap yang kasar, kurang adab kemanusiaan terhadap orang lain dan sanggup membunuh tanpa sebab.

Selain itu, minuman yang diharamkan seperti arak memberi kesan yang besar pada amalan ibadah individu muslim. Seseorang yang meminum arak, amalannya

¹²⁴ Muhammad Kamal Abd Aziz (1995), *Halal dan Haram dari Pandangan al-Qur'an & al-Sunnah*, Daud Mohd Salleh (terj.). Johor : Basmi Publishers, h. 25 dan rujuk Che Wan Jasimah, *op.cit.* , h. 39.

¹²⁵ Fangary, A. S. (1971), "Islamic Wisdom In Prohibiting The Flesh of Swine", (*Hikmah al-Islām fī Tahrim Lahm al-Khinzir*), J. Of al- Wa'y al-Islāmi, h. 63 dikutip oleh Che Wan Jasimah, *op.cit.* , h. 39.

akan ditolak selama 40 hari oleh Allah s.w.t. Ini dibuktikan oleh kajian saintifik bahawa komponen alkohol akan berada di dalam tubuh manusia di antara empat hingga lima minggu.¹²⁶

Secara jelas, hadith daripada *Ibn ‘Abbās* iaitu Rasulullah s.a.w pernah bersabda yang bermaksud ¹²⁷ :

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ كُلُّ مُخْمَرٍ خَمْرٌ وَكُلُّ مُسْكِرٍ حَرَامٌ وَمَنْ شَرِبَ مُسْكِرًا بُخِصَتْ صَلَاتُهُ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا فَإِنْ تَابَ تَابَ اللَّهُ عَلَيْهِ فَإِنْ عَادَ الرَّابِعَةَ كَانَ حَقًّا عَلَى اللَّهِ أَنْ يَسْقِيَهُ مِنْ طِينَةِ الْخَبَالِ...

Maksudnya: “Setiap yang dibuat memabukkan itu adalah haram. Dan sesiapa yang meminum barang yang memabukkan, ditolak solatnya selama 40 hari. Jika dia bertaubat maka Allah akan menerima taubatnya, dan jika dia kembali lagi buat kali yang keempat, maka adalah hak Allah untuk memberinya minuman nanah penghuni neraka...”

Mereka yang meminum arak juga bertingka-laku hina, mudah terjerumus dalam dosa dan maksiat. *Al-Şiḥḥah bin Mazāhim* ¹²⁸ pernah berkata kepada seorang peminum arak iaitu ketika beliau bertanya apakah yang dilakukan dengan arak?. Peminum itu mengatakan dia minum arak agar makanannya dapat dihadamkan. Lalu beliau menyatakan arak itu sebenarnya banyak mengisar agama dan akal nya. Antara kesan psikologi pula, kesan arak bagi individu ialah merosotnya hubungan sesama

¹²⁶ Che Wan Jasimah, *op.cit.*, h. 47.
¹²⁷ Abū Dāwud (1973), *op.cit.*, j. 4, Kitāb al-Asyribah, Bāb fī al-Nahy ‘an al-Muskir, no. hadith 3680, h. 86. Rujuk juga al-Nasā’ī (1994), *op.cit.*, j. 8, Kitāb al-Asyribah, Bāb Tawbah Şyārib al-Khamr, no. hadith 5686, h. 720. ‘Alā’ al-Muttaqī b. Husām al-Dīn al-Hind al-Burhān Fūrī (1993), *Kanz al-‘Ummāl fī Sunan al-Aqwāl wa al-Afāl*, j.5, t.c. Beirut : Mu’assasah al-Risālah, Kitāb fī Anwā’ al-Hudūd, Bāb fī Ḥadd al-Khamr, no. hadith 13143, h. 342 - 343.
¹²⁸ al-Ḥajj Muḥammad Wasfī (1990), *op.cit.*, h. 133.

individu dengan masyarakat sekeliling, hilang pekerjaan dan menanggung hutang yang banyak.¹²⁹

Manakala menurut *Cahalan, Cisin dan Crossley*, minuman arak boleh menyebabkan seseorang berasa tertekan dan berdarah gemuruh.¹³⁰ *Syed Qutub*, seorang ulamak terkenal pula memberi pendapat :¹³¹

“Kerosakan mabuk dan benda-benda yang memabukkan adalah menghapuskan perasaan waspada yang berkekalan yang difardukan oleh Islam ke dalam hati orang-orang Islam supaya hati itu berhubung langsung dengan Allah pada tiap-tiap detik dan saat. Kemudian dengan kewaspadaan itu dia berusaha untuk menyuburkan dan memperbaharui penghidupannya, menjaganya dari kelemahan dan kerosakan juga memelihara diri, harta, maruah, keselamatan dan keamanan jemaah umat Islam, syariat, peraturan dan undang-undang dari serangan musuh”

Sementara berpandukan hasil sebuah penelitian oleh Ketua Umum Persatuan Islam (Persis) di Indonesia, Drs. Sidik Amin bahawa makanan kotor (najis) atau yang diperolehi melalui cara yang tidak halal, secara langsung akan mengotori jiwa, perilaku dan watak seseorang.¹³² Pertamanya adalah kleptomania, gila mencuri sama ada secara terang-terangan mahupun secara tersembunyi. Kedua deisomania, gila mabuk. Tidak hanya kepada arak dan dadah, tetapi juga kepada kekayaan dan pangkat. Mereka akan berusaha meraihnya dengan pelbagai cara iaitu tidak ada lagi batas halal dan haramnya.

¹²⁹ Ernest L. Wynder (1981), *op.cit.*, h. 192-193. Rujuk juga Ma'mūn Mubayyid (1995), *op.cit.*, h. 240.

¹³⁰ Don Cahalan (1970), *Problem Drinkers*. San Francisco : Jessy -Boss A National Survey, h. 57. Rujuk juga Maḥmūd Syaltūt (1959), *op.cit.*, h. 335.

¹³¹ Ahmad Qasim, *op.cit.*, h. 198.

¹³² Misbah, Adnan, Lovine dan Zulfa (2001), “Campakkan Barang Haram Sebelum Negeri Ini Karam”, *Majalah Islam Sabili*, Bil. 16 Th. vii 31, Januari 2001, h. 28-29.

Ketiga sinomania, gila merosak. Memakan benda yang haram akan menyebabkan seseorang cenderung hedonis dan permisif. Bahkan tidak mampu lagi berfikir secara positif, sehingga setiap masalah selalu berakhir dengan kebuntuan dan kekecewaan yang akhirnya meledak dalam bentuk anarkisme (kerosakan). Sementara yang keempat iaitu sadismemania adalah gila kekerasan. Makanan haram membuat hati menjadi keras dan berdarah dingin. Sehingga hilang kelembutan dan kasih sayang. Malah lebih suka melihat penderitaan orang lain dengan melakukan sesuatu semahu-mahunya tanpa perasaan bersalah sedikit pun. Justeru, pemaparan Drs. Sidik Amin ini amat menarik untuk direnungi oleh umat Islam amnya dan umat Islam di Malaysia khasnya kerana negara Malaysia juga apa kurangnya dari kelakuan dan tingkahlaku seperti ini.

3.8 KESIMPULAN

Kelangsungan hidup manusia memerlukan makanan untuk menjamin kesinambungannya di hari muka. Dengan kata lain, seseorang itu dapat melakukan gerakerja dan aktivitinya secara berterusan dengan kehadiran makanan. Dalam hal ini, al-Qur'an telah menjelaskan bahawa, pemakanan adalah suatu bentuk ibadah yang mulia di sisi Allah s.w.t. Justeru, konsep pemakanan di dalam Islam mempunyai matlamat yang tinggi dan bukanlah sekadar memenuhi keinginan hawa nafsu semata-mata.

Sesungguhnya, sumber-sumber makanan yang boleh memberi tenaga dan kekuatan bagi badan manusia itu boleh terbahagi kepada dua iaitu tumbuh-tumbuhan

dan haiwan. Melihat kepada realiti hari ini, pelbagai jenis makan boleh diperolehi dengan pelbagai rasa, bentuk dan khasiat. Oleh yang demikian, Islam amat menitikberatkan aspek pemilihan makanan yang berkualiti kerana ia memberi kesan terhadap aqidah, ibadat dan akhlak. Menerusi al-Qur'an, persoalan berhubung makanan halal dan haram diperjelaskan dengan teliti.

Tegasnya apa yang diatur oleh Islam mengenai amalan pemakanan dan hukum-hukumnya adalah untuk kebaikan diri manusia. Sebagaimana kewujudan halal dan haram pada makanan, merupakan suatu cara penjagaan kesihatan yang paling sempurna.